
المشكلات النفسية للأطفال
أسبابها - علاجها
تأليف
الدكتورة/نبيلة عباس الشوربجي
مدرس علم النفس بكلية الخدمة الإجتماعية
جامعة القاهره - فرع الفيوم
دار النهضة العربية
٣٢ شارع عبد الخالق ثروت - القاهرة

المشكلات النفسية للأطفال

اسبابها - علاجها

تأليــف

الدكتـورة / نبيلة عباس الشــوربجـى

مـدرس علم نفس بكلية الخدمـة الاجتماعيـة

جامعـة القـاهــرة

الطبعـة الأولــى

٢٠٠٢ م - ٢٠٠٣ م

دار النهضـــة العربيـــة

٣٢ عبـد الخـالق ثـروت - القـاهــرة

اسم المؤلف : الدكتورة / نبيلة عباس الشوربجى

اسم الكتاب : المشكلات النفسية للأطفال

أسبابها - علاجها

رقم الإيداع	٢٠٠٢/١٦٦٤٧
الترقيم الدولى	I.S.B.N. 977-04-3918-5

مطبعة العمرانية للأوفست

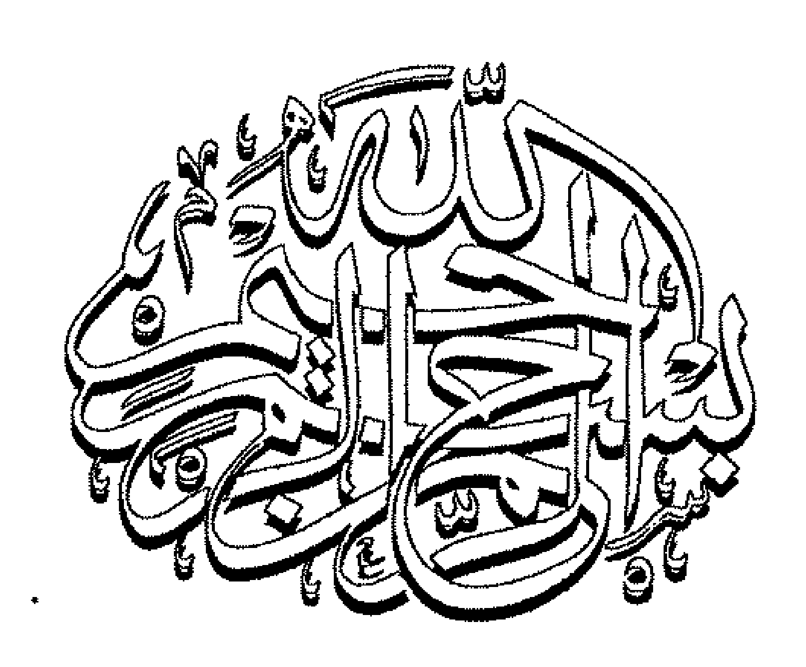
الجيزة ت : ٧٧٩٧٥٥٠

الطبعة الأولى : ٢٠٠٢ م - ٢٠٠٣ م

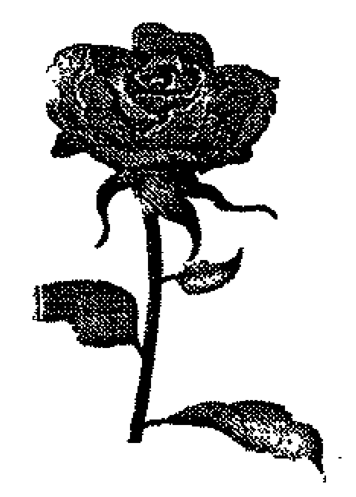
حقوق الطبع والتوزيع محفوظة للمؤلف

تحذير :

يحذر النشر أو النسخ أو التصوير للكتاب بأى شكل من الأشكال إلا بإذن كتابى من المؤلف ، وعلى من يخالف ذلك تحمل المسألة القانونية


بسم الله الرحمن الرحيم

إهــداء



إلى الآباء و الأمهات

إلى المعلمين و المعلمات

إلى المتخصصين و الباحثين

إلى كل من يهمه أمر الطفل فى مصر

وسائر الأقطار العربية

بسم الله الرحمن الرحيم

وَعلَمَك مَا لَم تَكُن تَعلَم وكان فَضلُ الله عَليكَ عظيماً

سورة النساء : آية (١١٣)

مقدمة

رعاية الأطفال فى الأسرة مسئولية خطيرة ، لابد لمن يتولى القيام بها أن يحملها بأمانة وإخلاص، وأن يكون هدفه هو العمل على تنشئة هؤلاء الأطفال بطريقة تنتهى بهم إلى شخصية سوية متكاملة ، لا إلى تعقيد أو اضطراب نفسى .

ويقصد بالمشكلات النفسية تلك المشكلات التربوية التى يعانيها الوالدين فى سياسة تنشئة أطفالهما كالغضب ، والعناد ، والانطواء ، والخوف ، والقلق النفسى والاكتئاب النفسى ... الخ وهذه المشكلات موجودة عند جميع الأطفال بلا استثناء ، وهى لا تدل بأى حال من الأحوال على اضطراب الطفل أو فساد طبعه ، وتنجم هذه المشكلات عن التفاعل الحادث ما بين شخصية الطفل وشخصية الوالدين والأهل (الأخوة- الأخوات- الجد- الجدة- الأقارب).

فالطفل يولد ولديه حاجات ورغبات ، فعندما يعلن عن حاجاته ، فإما أن تلبى حتى يتمكن من خفض التوتر الناشئ عن هذا الإحساس ، وبالتالى يمكن إزالة عدم الاتزان لديه ، ويعود سلوكه إلى حالته الطبيعية وينتهى الأمر ، وإما لا، فيثور وينفعل ويغضب ويحدث لديه اضطراباً نفسياً يؤدى به إلى عدم الاتزان وعدم السواء فى شخصيته .

وحيث أن شخصية الطفل تتعدل بالبيئة ، بمعنى أن هذه المشكلات النفسية للأطفال ترجع إلى شخصية الوالدين اللذين يتفاعل الطفل معهما ، فإذا كان

To: www.al-mostafa.com

أحد الوالدين مثلاً محروماً فى صغره من الحب والعطف ، وكان شقياً فمن المحتمل أن يكبر غليظ القلب ، مما يكون له أسوأ الأثر فى تربية أطفاله ، وإن كان ربى بالضرب والقسوة والعقاب ، فيطبق الطريقة نفسها على أولاده ... أى أن للتجارب التى يلاقيها أحد الوالدين فى صغره أكبر الأثر فى تكوين شخصيته ، وبالتالى يطبقها على أولاده فى المستقبل .

هذا ولا يشك أحد أن الأهل يبذلون غاية جهدهم فى تنشئة أطفالهم ، فلا يجوز لنا أن نلومهم فى كل مرة ، نرى فيها أطفالهم قد وقعوا فى الاضطراب النفسى أو المشاكل النفسية ، ونجد أن طرق التربية تنتقل جيلاً بعد جيل بصورة لا شعورية ، كما أن الأم قد تتلقى نصائح مختلفة بل ومتضاربة أحياناً من كل من تصادفهم ، وبالتالى فهى فى حيرة من أمرها فضلا عما قد يكون لدى الوالدين من الاضطرابات النفسية والمشكلات النفسية الخاصة بهم والتى تحتاج إلى حل ، ولكن ليس من مساعد أو معين لهم .

ولئن شكا الوالدين مشكلة من المشاكل لدى طفلهم ، فإننا نجد مشاكل أخرى بالأسرة مرتبطة بمشكلة الطفل ... لأن الطفل يعيش فى جو أسرى غير مستقر فقد فيه الحب والعطف والاطمئنان والأمن ، وأصبح يعانى القلق والانطواء والاكتئاب ... وما هذه المشكلات إلا دليل على ذلك .

ونجد هنا أن الطفل ليس بحاجة إلى توجيه ، بل الأهل هم الذين بحاجة إلى توجيه ، وليس المقصود من هذا الكتاب لوم الأهل ، بل محاولة لإفهامهم طبيعة هذه المشكلات النفسية للأطفال ، وأسباب حدوثها ، والطرق المثلى فى معالجتها مع توضيح دورهم فى الوقاية من هذه المشكلات .

ويسرنى أن أقدم للقارئ المهتم بالطفولة هذا الكتاب الجديد ، الذى يتناول الاضطرابات والمشكلات النفسية للأطفال ، ويتضمن هذا الكتاب ثمانية

فصول تسبقها مقدمة وتلحقها خاتمة ، أما الفصل الأول فيختص بشرح لعملية سيكولوجية التوافق ويتناول تعريف التوافق ، والاحباط وأنواعه ، والصراع وأنواعه ، والقلق وتعريفه وأنواعه ، والمخاوف العامة ، والأفعال القهرية ، والعاطفة الفجة ،و العمليات التوافقية ، والفصل الثانى يختص بالحيل الدفاعية أو الحيل العقلية اللاشعورية ويتناول الفرق بين الشعور وما قبل الشعور واللاشعور ،والتعريف بالحيل الدفاعية اللاشعوزية وشرح لأنواعها من حيل خداعية ، حيل هروبية ، حيل استبدالية وينتهى الفصل بشرح فوائد العمليات العقلية اللاشعورية ، والفصل الثالث يختص بشرح اضطرابات الشخصية وأنواع اضطرابات الشخصية الشائعة مثل العقد النفسية وخصائصها والفرق بينها وبين الشعور ، والفئات الثلاثة لاضرابات الشخصية (نمط الشخصية ، سمة الشخصية ، الاضطرابات السيكوباتية للشخصية) ، والفصل الرابع يختص بالدوافع النفسية ويتناول تعريف الدافع ، وتعريف الدافع النفسى ،وأهمية الدوافع النفسية وأنواعها ، والفصل الخامس فيختص بالحاجات النفسية (الانفعالية) للأطفال ويتناول تعريف الحاجة ، والحاجات النفسية ، وأنواعها ،والفصل السادس يختص بأسباب المشكلات النفسية للأطفال ويتناول العوامل العضوية أو البيولوجية ، والعوامل النفسية ، والعوامل الاجتماعية ، والعوامل المدرسية ، أما الفصل السابع فيختص بالمشكلات النفسية للأطفال ويتناول نوبات البكاء وأسبابها وعلاجها ، ونوبات الغضب ومظاهرها وأسبابها وعلاجها ، والعناد عند الطفل وأنواعه وأهميته واسبابه ، والاعتبارات التى يجب مراعاتها للتخلص منه ، والانطوائية وأسبابها وعلاجها، والاكتئاب النفسى وأسبابه ومظاهره وكيفية الوقاية منه ، والقلق النفسى وأنواعه وأسبابه وعلاجه وكيفية الوقاية منه ، والخوف وأنواعه

وأسبابه وعلاجه وكيفية الوقاية منه ، والغيرة وأسبابها وعلاجها ، وبعض العادات السيئة للطفل مع أسبابها وطرق علاجها ، والتبول اللاإرادى وأسبابه وعلاجه ، واضطراب الكلام (اللجلجة) وأسبابها وطرق علاجها ، أما الفصل الثامن فيختص بدور الأسرة فى الوقاية من المشكلات النفسية للأطفال ، وأخيراً الخاتمة ، ثم عرض للمراجع : أولاً : المراجع العربيية ، ثانياً : المراجع الأجنبية .

وفى النهاية أرجو من الله سبحانه وتعالى أن أكون قد وفقت فى تناول هذا الموضوع ليكون مرجعاً مفيداً لأولياء الأمور والمتخصصين والمهتمين بالطفل فى مصر وفى سائر الأقطار العربية .

والله ولى التوفيق .

القاهرة فى ٢٤ / سبتمبر / ٢٠٠٢

الدكتورة نبيله الشوربجى

مدرس علم النفس

بكلية الخدمة الاجتماعية بالفيوم

جامعة القاهرة

الفصل الأول

سـيكلوجيـة التـوافق

- التعريف بالتوافق
- العوائق والعقبات التى تعترض إشباع بعض حاجاتنـا الضرورية :
  ١- الاحباط : تعريفه - أنواعه
  ٢- الصراع : تعريفه - أنواعه
  - الاستجابة للاحباطات والصراعات
  ٣- القلق أو الحصر : تعريفه - أنواعه :
    ١- المخاوف العامة
    ٢- الأفعال القهرية أو المتسلطة
    ٣- العاطفة الفجة
- العلميات التوافقية

سيكولوجية التوافق

❊❊❊❊❊❊❊❊

التوافق هو عملية ديناميكية مستمرة يحاول بها الانسان عن طريق تغيير سلوكه أن يحقق التوافق بينه وبين نفسه وبينه وبين البيئة التى تشمل على كل ما يحيط بالفرد من مؤثرات وإمكانيات للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي والبدنى والتكيف الاجتماعى .

وليس معنى تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعى والاستقرار النفسى أن الفرد يخلو من المشكلات ولا يصادف أى عقبات تحول بينه وبين إشباع حاجاته والوصول إلى أهدافه ، فليس هناك فرد إلا وله مشكلاته ، والتوافق السليم يقاس بمدى قدرة الفرد على مواجهة هذه المشكلات ، وحلها أو تقبلها والحياة معها .

فالمشاكل والعقبات أمر عادى فى حياة الفرد ، والأمر غير العادى هو فشل الفرد فى حل هذه المشكلات أو عجزه أن يتعلم كيف يعيش معها متقبلاً لها أو جنوحه إلى أساليب شاذة من السلوك إذا تعذر عليه حلها .

الحياة سلسلة من عمليات التوافق :

الفرد السوى هو الذى يتصف بالمرونة فى محاولاته لتحقيق ذلك التوافق وبالقدرة على تغيير استجاباته وتنويعها ، بحيث تلائم المواقف البيئية المتغيرة وتحقق له الإشباع الذى يسعى إليه عن طريق سلوك توافقى يتناسب مع تلك المواقف المتغيرة ، فالفرد السوى عندما تتغير الظروف الخارجية يتحتم عليه أن يعدل سلوكه ويكتشف طرقاً جديدة لإشباع حاجاته عن طريق

أنواع جديدة من الاستجابات والأنشطة حتى يصل إلى حل يؤدى به إلى درجة من الإشباع ، وبالتالى إلى حالة من التوافق السوى .

هذا التعديل فى السلوك هو الذى نطلق عليه عملية التوافق أو التكيف Adjustment ، وتتضمن الحياة القيام بعمليات التوافق بصفة مستمرة ، فالكائن الحى يشعر بالجوع ، ويدفعه ذلك إلى البحث عن الطعام ليشبع دافع الجوع ويعيد إلى أنسجته حالة التوازن ، فتنخفض حالة التوتر الناشئة عن إلحاح دافع الجوع ، وهو يشعر بالعطش ويدفعه إلى ذلك إلى شرب الماء ، ويشعر بالبرد فيلتمس الدفء... وهكذا تتطلب الحياة توافقا مستمراً .

ولا تقتصر دوافع الإنسان على تلك الحاجات الفسيولوجية ، بل تمتد وتتشعب إلى حاجاته الاجتماعية المعقدة التى تكتسب خلال عمليات التطبيع الاجتماعى أثناء طفولته ، عن طريق عمليات التعلم التى تحددها العوامل الحضارية ، فإذا بقى الإنسان بحاجة غير مشبعة ، شعر بالتوتر وعدم الراحة وبدأ محاولات لإشباع حاجاته وإزالة ما يترتب عليها من توتر عن طريق استجابات معينة تحقق له قدرا من التوافق الملائم .

ولما كانت الدوافع الاجتماعية تنشأ عن الحضارة والتفاعل الانسانى – وهذه بطبيعتها في تقلب وتغير دائمين – فإن عملية التوافق الخاصة بإشباع هذه الدوافع الاجتماعية تصبح أكثر تعقيدا وأكبر خطرا فى حياة الانسان لما يتطلبه من مرونة وقدرة على تعديل استجاباته كلما تغيرت الظروف الاجتماعية والبيئة التى يعيش فيها .. ولذا كان إشباع الدوافع الاجتماعية فى كثير من الأحيان أمرا عسيراً ، ونتيجة لذلك تنشأ كثير من مشكلات التوافق عند الأفراد الذين يعجزون عن تعديل استجاباتهم ونشاطهم ، أو تغيير الظروف البيئية فى محاولاتهم لإشباع دوافعهم ، وأن هناك فرصاً عديدة لاشباع الكثير

من الحاجات الاجتماعية كاكتساب الأصدقاء والحصول على تقبل الآخرين ، ومن الطبيعي جداً أن يواجه الناس في توافقهم بعض الصعاب ، بل ان مثل هذه الصعاب قد تكون أمراً مرغوباً فيه ،إذ هي تحفظ لنا جلدنا ومثابرتنا وتزيد من رونق الحياة وتعطي شعوراً بالسعادة والارتياح ، عندما تكلل جهودنا في النهاية بالنجاح .

العوائق والعقبات التي تعترض إشباع بعض حاجاتنا الضرورية هي على النقيض من ذلك تماما إذ أنها تدفع الفرد في كثير من الأحوال إلى تقبل حلول توافقيه أقل إشباعاً لحاجاته أو إلى سلوك يتعارض مع قوانين المجتمع وقيمه وتقاليده فيكون انحرافاً أو شذوذاً ، ومن الممكن أن نميز بين نوعين من العوائق هما : الإحباط والصراع .

١ – الإحباط : Frustration .

وهو حالة من التأزم النفسي تنشأ عن مواجهة الفرد لعائق يحول دون إشباع دافع أو حاجة ملحة .

أنواع الاحباط : هناك نوعين من الاحباط :

١– ا لاحباطات الشخصية :

وهي تأتي من العجز الشخصي مثل الذكاء المنخفض أو الإفتقار إلى القوة البدنية أو وجود بعض الأمراض أو العاهات التي تضعف من حركة الفرد .

٢– الاحباطات البيئية :

وهي تنشأ من العوائق الموجودة في البيئة مثل القيود التي يفرضها الآباء على الأبناء أو الفقر أو الموانع الفيزيقية (كالأمطار الشديدة والسيول ، والزلازل ....).

ولعل أوضح أثر من آثار الاحباط أنه يؤدى إلى تغيير فى سلوك الفرد ، ويختلف سلوك الأفراد حينما يواجهون موقفا احباطيا ، فمنهم من يمضى فى التفكير وتكرار المحاولات وتجريب وسائل أخرى حتى يصل فى النهاية إلى الهدف الذى يشبع دوافعه .

أما إذا حالت الظروف بينه وبين الوصول إلى هدفه الأصلى ، فإنه غالبا ما يتقبل هدفا بديلا أو معدلا يحقق له على الأقل إشباعا جزئيا لحاجاته وخفضا لتوتره النفسى ، ومن الأفراد من يسارع إلى الاستسلام بكبت دوافعه ، ومنهم من يختل توازنه بعد عدة محاولات تطول وتقصر ، فيدفعه الشعور بالفشل إلى الالتجاء إلى أساليب سلبية شاذة متطرفة تنقذه مما يعانيه من توتر وتأزم نفسى ولهذا فإن التوافق قد يتحقق بالنسبة للبعض وقد لا يتحقق بالنسبة للبعض الآخر ،.وتختلف درجات التوافق من فرد إلى آخر ،وعلى قدر هذا الاختلاف يقترب الفرد من حالة التوازن أو يبتعد عنها ، فيوصف بأنه إنسان سوى أو إنسان غير سوى .

٢- الصراع : Conflict

فالصراع يعنى مواجهة الشخص لموقف معقد يؤدى إلى قيامه باستجاباته متعارضة .

مثال : الفتاة التى تحب رجلا متزوجا تعانى من صراع بين حبها ورغبتها فى تقبل قيم وثقافة المجتمع الذى تعيش فيه ، فلدى الفتاة ميل إلى القيام باستجابة تقربها من الرجل الذى تحبه ،وفى نفس الوقت تفكر فى الابتعاد عنه تحت ضغط اعتبارات التقبل والتلاؤم مع المجتمع .

ولما كانت هناك استحالة فى القيام بالاستجابتين المتعارضتين معا فإن التوتر يظل قائما نتيجة الصراع الحادث بينهما .

وقد يحدث الصراع نتيجة لمحاولة الذات تحقيق أكثر من هدف واحد في وقت واحد ، أو لوجود أكثر من سبيل واحد لتحقيق نفس الهدف .

وهناك ثلاثة أنواع من الصراع :

١- صراع الاقبال المزدوج :

ويقصد به الصراع الناتج عن محاولة الاختيار بين هدفين كلاهما له جاذبية ايجابية بدرجة واحدة ، غير أن الفرد لا يستطيع أن يصل إليهما معا في آن واحد ، فعليه أن يختار أحدهما ، والصراع في هذه الحالة لا يستمر مدة طويلة ، بل ينتهي بأن يقرر الفرد اختيار أحدهما ،وهو يختار عادة الهدف الأقرب منالا .

مثال ذلك : الصراع الذى يشعر به الفرد في حالة الاختيار بين وظيفتين أو بين فتاتين للزواج ، والصراع في هذه الحالة ناجم عن أن الهدفين فيهما إغراء ، ويكفي تميز أحدهما عن الآخر تميزاً طفيفاً ، حتى يقرر اختياره ويزول الصراع .

٢- صراع الاحجام المزدوج :

ويقصد به الصراع الناتج عن محاولة الاختيار بين هدفين كلاهما له جاذبية سلبية ، ويمثل أهم أنواع الصراع لأنه أكثرها صعوبة في الحل ، ويتضمن هذا الصراع وجود هدفين منفرين وغير مرغوب فيهما ، وعليه أن يختار أحدهما .

مثال : قيام الموظف بعمل غير قانوني أو الافلاس (بين نارين) ، والجندى في ميدان القتال الذى يعاني من الصراع بين رغبته في عدم التقدم لخوض المعركة وبين رغبته في الهرب من ميدان القتال وتعرضه للمحاكمة .

وفى كثير من الاحيان يكون للموقف الواحد الذى يتعرض له الفرد عوامل مشجعة على الاقتراب منه وأخرى منفرة منه .

مثال : الأم التى تريد أن يشترك أبنها فى رحلة مدرسية ، ولكنها فى الوقت نفسه تخاف عليه من الأخطار التى قد يتعرض لها أثناء الرحلة ، ورغبة الفرد فى مشاهدة مباراة فى كرة القدم فى الوقت الذى يكون فيه الجو سيئاً .

٣- صراع الاقبال والاحجام المزدوج:

ويقصد به الصراع الناتج عن الاختيار بين هدفين أحدهما له جاذبية ايجابية والثانى له جاذبية سلبية ، ولذا يتأرجح الفرد بين الاقدام والاحجام نحو الهدفين

مثال: الرجل الذى يريد الزواج من فتاه أمها منحرفة .

أو قد يكون للهدف الواحد الخاصيتان السلبية والايجابية معاً

مثال : الطفل قد يحب والديه لكنهما يؤذيانه ويتحكمان فيه، فهو يكرهما أيضاً. والفتاه التى تحب الحلوى وتريدها ، ولكن الحلوى تؤدى إلى زيادة الوزن ، وهى لا تريد السمنه ، والطالب الذى يقع فى صراع بين رغبته فى الحصول على تقديرات عالية فى الامتحان ، وبين الاشتراك فى أحد الألعاب الرياضية. حالات صراع الاقدام ، صراع بين هدفين ايجابيين ، إلا أن الطالب يجد نفسه مشدودا إلى ضغوط اجتماعية من الأسرة وجماعات الرفاق الذين يطلبون منه تحقيق كلا الهدفين ، فهو يتعرض لعدم الاستحسان من ناحية والدية إذا فشل فى أن يحقق المستوى المطلوب منه فى الحصول على درجات عالية ، كذلك فإنه سوف يتعرض إلى فقدان تقدير زملائه له إذا لم يتفوق فى نشاطه الرياضى .. لذلك فإن الفشل فى أى واحد من الهدفين يمثل تهديدا بالنسبة له ، حيث أن كل هدف له قيمة إيجابية ، وفى نفس الوقت قيمة سلبية ، ومن ثم يجد الطالب نفسه فى صراع إقدام واحجام مزدوج .

الاستجابة للاحباطات والصراعات :

نظراً لأن هذه الاحباطات والصراعات مؤلمة ومحملة بالتوتر ، فإنها تدفع الفرد نحو أفعال تعمل على تخفيف الضيق الناشئ حينئذ ، وتسمى هذه الأفعال بعملية التوافق وقد تكون شعورية أو لاشعورية .

وعندما يكون الصراع أو الاحباط شديداً ومستمراً ، فإن الفرد قد يشعر بتهديد للانا وبالتالى يشعر بالقلق ، ويدفع التوتر والقلق الفرد نحو الاستجابات الأساسية للعراك أو الهرب ، ويتحدد الشكل الذى ستتخذه هذه الاستجابة بالتعلم السابق للفرد وبخبرات حياته .

وكلما أدرك الفرد أنماط المجتمع ومتطلباته وتقبلها ، مال إلى السيطرة على إستجاباته أو إخفائها أو التعديل منها ، ونجد دائما التعبيرات المتطرفة " للعراك " أو " للهرب" فى الأطفال ، وأيضا فى البالغين غير الناضجين .

استجابة العراك : وصف عالم النفس الأمريكى جون دولارد John Dollard فى تحليله للإحباط والعدوان – مظاهر استجابة العراك كما يلى : الاستجابة البدائية للعراك هى فعل تدميرى موجه ضد الموضوع أو الشخص المحيط ، ولكن الشخص يسعى إلى وسائل اخرى ملتوية للعراك كلما استطاع أن يفهم الاستهجان الاجتماعى لهذا السلوك فى مجتمعه ومخاطر العقوبة ورد العدوان الذى يتبع هذا السلوك فيلجأ إلى أشكال من العدوان اللفظى (الألفاظ الجارحة والنكات النابية أو النقد ، سواء كان صريحا أو ضمنيا)، وفى بعض الأحيان يجد الفرد أنه من المستحيل أن يعبر عن عدوانه نحو الشخص المحيط ، فيسعى إلى التنفيس عن مشاعره بإزاحة العدوان إلى أشخاص آخرين ، عادة الأشخاص الذين لا يستطيعون رد العدوان .

مثال : رد العدوان : من الأشخاص الذين هم في موضع السلطة إلى الأشخاص الخاضعين للسلطة ، وتعتبر الكراهية التي تبنى على التعصب والتي توجه نحو جماعات الأقلية مثالا للعدوان المزاح ، وفي الحالات المتطرفة تولد الدفاعات العدوانية شعوراً بالذنب يعمل على كف هذه الدفاعات تماما ، وعادة ما يؤدى هذا العدوان المعطل وما يصاحب ذلك من حاجة إلى خفض مشاعر الذنب إلى توجيه العدوان نحو الذات ، وعلى هذا الأساس يفسر الانتحار والميل لارتكاب الحوادث .

فاستجابة الهرب : يعتبر النكوص فيها شكلا من أشكال استجابة الهرب من الاحباط ، ومن أشكال الهروب الأخرى أحلام اليقظة واللامبالاة والتبلد ،واستجابات العراك أو الهرب التي وصفناها هي استجابات فعلية للاحباط والصراع ، ويجب أن نميز بينها وبين الحيل الدفاعية التي تعتبر محاولات توافقية غير مباشرة ولا شعورية .

القلق أو الحصر : Anxiety

إن الفرد فى محاولاته لتحقيق التوافق النفسى السليم يتعرض لحالات من الاحباط والصراع ،وهى جميعا تؤدى إلى مشاعر القلق .

والقلق كما يعرفه علماء النفس هو :

" حالة من التوتر الشامل الذى ينشأ خلال محاولات الفرد لتحقيق التوافق نتيجة عوامل الكبت والاحباط والصراع ".

ويعرفه البعض بأنه " استجابة انفعالية تترتب على إدراك الفرد لعوائق غير مرضية ، يترتب عليها الخوف من عدم القدرة على إشباع دافع ملح أو من خيبة أمل تتعلق بالمستقبل .

ومعنى ذلك أن القلق ما هو إلا مظهر للعمليات الانفعالية المتداخلة التى تحدث خلال الاحباط والصراع والكبت وهو كغيره من العمليات الانفعالية له جانب شعورى – يتمثل فى الشعور بالعجز والخوف والفزع والتهديد والشعور بالذنب – وجانب لاشعورى يشتمل على عمليات معقدة متداخلة يعمل الكثير منها دون وعى الفرد بها مما قد يجعل الفرد يعانى المخاوف مثلاً دون أن يدرك العوامل المسببة لها .

إن معظم ما يعانيه الفرد السوى من قلق عادى انما يعزى إلى الظروف العادية (مرض صديق أو مشاكل المال او اقتراب امتحانات أو احتمال الحرب) وبالرغم من أن هذه العوامل قد تستمر طويلا إلا أنها تختفى فى النهاية مع زوال أسبابها .

القلق المكبوت :

كثيرا ما يحدث ان نكبت ما لا نود أن نعترف به من عوامل القلق بنفس الطريقة التى نكبت بها سائر النزعات الأخرى فيصبح القلق فى هذه الحالات مستبدلا ، فلا يعود الفرد يقلق قلقا شعوريا حول السبب الأصلى ولكنه يصبح قلقا متسلطا يتصل بشئ آخر ليس له أساس موضوعى عند الفرد فالخوف من الفقر أو المرض من أنواع القلق المستبدل الشائعة ، وقد يعلم من يعانى من هذا النوع من القلق أن قلقه هذا لا أساس له ولكن ذلك لا يغير من حالته كثيرا أو قليلا .

وعندما يصبح القلق حادا بدرجة كبيرة يعرف بالحصار Anxiety-neurosis أو الانهيار العصبى Nervous break down وفى هذا النوع من القلق لايشعر الفرد بمبرر موضوعى كاف للقلق أو لا يكون السبب الحقيقى للقلق هو ما يقلق بشأنه مؤقتا ، وانما يكون السبب الحقيقى لقلقه قد كبت من قبل ،

والقلق المكبوت قد يثير ضروبا متباينة من الأعراض العصابية ، كالمخاوف العامة Phobias والأفعال القهرية أو المتسلطة ، والعاطفة الفجة.

١- فالمخاوف العامة : Phobias

هي مخاوف غير معقولة كالخوف من الجنون والمرض والانهيار المالي الناشئ عن القلق المستبدل - فهذه تكون أشياء طبيعية للخوف إذا كانت لدى المريض أسباب حقيقية تحمله على الاعتقاد بأن هناك ما يهدده ، لكن مايخشاه الفرد من مواقف وأشياء في أكثر المخاوف العادية لا يكون خطيرا أبدا ، وان كانت تلك المواقف والأشياء تثير في نفس المريض فزعا يمتنع على التحليل.
ويرى علماء النفس أن كثيرا من المخاوف العامة انما هي من مخلفات خبرات الطفولة التي سبق ان كبتت ، فإذا أفزع كلب طفلا ، أو أفزعه الاحتجاز في حجرة مظلمة فإنه يكبت ذكرى الخبرة كلها ، لكنه إلى جانب ذلك قد يحتفظ مدى حياته بفزع عصابي من الكلاب والأماكن المغلقة . وهذه المخاوف لا تكون عصابية ، وهي لا تستمر إلى ما لا نهاية .

٢- الأفعال القهرية أو المتسلطة :

هي عرض آخر من أعراض القلق يشعر الفرد بأنه مضطر إلى القيام بها ، وإن كان يتعذر عليه اعطاء سبب لها مثال غسل اليدين باستمرار هو ضرب من ضروب الفعل القهري أو الحصاري ، الذي لا يخفى مغزاه الرمزي .

٣- العاطفة الفجة :

فهي خوف متسلط منشؤه اعتقاد الفرد أنه قد ترك شيئا لم يتمه ، فكثيرا من الناس يعانون بصورة خفيفة من هذا الوسواس عندما يكونون مجهدين

مرهقين، فربما يفضى بهم الأمر إلى اليقظة ثلاث أو أربع مرات ليتأكدوا ما إذا كان الباب الخارجي مغلقا ، وليتأكدوا بأنهم لم ينسوا طرد القطة من المنزل ، فقد يصبح الوسواس فى حالاته المتطرفة خطيرا بحيث يجعل ضحيته غير صالح للأعمال الاعتيادية ، نظرا إلى أنه لا يستطيع عمل شئ دون الرجوع عليه ثلاث أو أربع مرات ليتأكد من أنه أنجزه على الوجه المناسب .

العمليات التوافقية :

من الممكن أن تحل معظم الاحباطات والصراعات التى يعيشها الفرد فى حياته اليومية على المستوى الشعورى ، واما الصراعات والاحباطات العميقة الجذور والتى لا يمكن حلها على هذا المستوى فإنها تؤدى إلى ظهور محاولات توافقية لاشعورية وهى الحيل الدفاعية ، وتشكل هذه الحيل عناصر هامة فى بناء شخصية الفرد بجانب الصراعات والاحباطات التى أدت إلى ظهورها .

المحاولات الشعورية فى التوافق:

إن معظم المحاولات الشعورية الشائعة للتوافق فى حالة الاحباط والصراع هى : زيادة الجهد للتغلب على العوائق ، تخفيض الهدف أو تغييره ، أو إعادة تقدير الموقف المحبط أو الصراعى بصورة واقعية ، وقد يتشابه التوافق الشعورى – فى بعض الأحيان – مع نمط الحيل الدفاعية ، ويكفى الفرق بينهما فى درجة وعى الفرد أو استبصاره – فالحيل الدفاعية الحقيقية تعمل دائما لاشعوريا .

المحاولات اللاشعورية للتوافق (الحيل الدفاعية)

الحيل الدفاعية هى المحاولات اللاشعورية للفرد لكى يحمى نفسه مما يهدد تكامل الأنا لديه ، ولكى يخفف كذلك من التوتر والقلق الناجمين عن الاحباطات والصراعات التى لم تحل .

ويستخدم كل الناس إلى حد ما – هذه الوسائل المضللة لأنفسهم ، محاولين بذلك الابقاء على تقديرهم لذواتهم ولتخفيف حدة الفشل أو الحرمان أو الشعور بالذنب ونجد أن هذه الحيل تساعد الفرد فى محاولاته للتوافق ، فقد تأخذ استجاباته شكلا بناءا فى التعويض أو الاعلاء أو التوحد ، ولكن من ناحية أخرى فإن الاعتماد الزائد على الحيل الدفاعية كوسائل لحل الاحباط أو الصراع يعتبر شكلا شاذا فى التوافق ، والفصل التالى سيوضح هذه الحيل الدفاعية بالتفصيل .

الفصل الثانى

الحيل الدفاعية أو الحيل العقلية اللاشعورية

أولا : الفرق بين الشعور وما قبل الشعور واللاشعور

ثانيا : التعريف بالحيل الدفاعية اللاشعورية

ثالثا : أنواع الحيل الدفاعية اللاشعورية

أ – الحيل الخداعية : (الكبت ، التبرير ، النسيان ، الاسقاط ، التحويل) .

ب– الحيل الهروبية : (أحلام اليقظة ، النكوص والتراجع ، الانسحاب) .

ج– الحيل الإستبدالية : (التعويض ، التعويض الزائد ، النقل ، تكوين رد الفعل، الامتصاص ، والتقمص ، التسامى والإعلاء) .

– فوائد العمليات الفعلية اللاشعورية .

الحيل الدفاعية أو الحيل العقلية اللاشعورية

❋❋❋❋❋❋❋

أولا : الفرق بين الشعور وما قبل الشعور واللاشعور

١- الشعور Conscious

ذلك الجانب من الحياة العقلية للفرد ويكون على وعى تام بها ، وحالة الشعور هى التى تمكن الفرد من أن يعرف أين هو ، وما يدور حوله وحينما يحدث شئ ما فإنه يكون على وعى به ويمكنه أن يوجه انتباهه إليه عن قصد ، وحواسنا تنقل لنا المعلومات والخبرات عن العالم الخارجي وتحدث انطباعاتها فى أنفسنا وتستجيب لها حسب الموقف الذى توجه فيه .

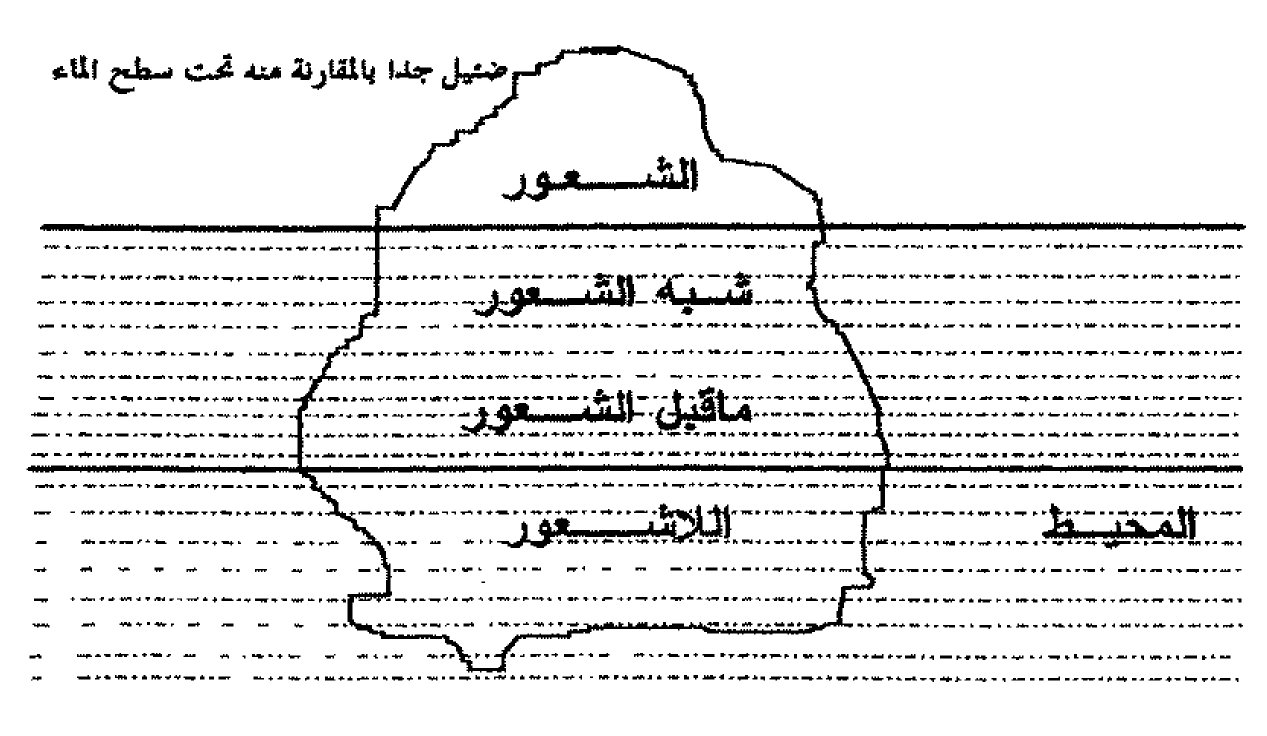
٢- ما قبل الشعور:

يقع فى منطقة بين الحالة العقلية الشعورية والحالة العقلية اللاشعورية وهى منطقة وهمية تتجمع فيها الذكريات التى اكتسبناها فى الماضى والتى تتلمس طريقها إلى الشعور ولكنها لم تتمكن بعد إلى العبور إلى مسرح الشعور.

مثال : الطالب فى قاعة الامتحان يحاول أن يصل إلى بعض المعلومات التى يتعذر عليه تماما الوصول إليها ، وما أن يخرج من قاعة الامتحان ، وهو سائر فى طريقه إلى منزله سرعان ما تقفز هذه المعلومة ثانية إلى ذهنه وهذه المعلومات يقال عنها أنا كانت طافية فى ما قبل الشعور ولكنها لم تدخل بعد إلى مسرح الشعور .

٣- اللاشعور Unconscious

وتتكون من القوى والدوافع التي لم تنسجم مع الشخصية الشعورية والتي كبتت في أعماق النفس فمادة الشعور قد مرت من قبل في الشعور ، ولما كانت غير منسجمة مع الشخصية الشعورية فإنها تكبت ، كل ما يحدث للإنسان في الماضي يختزن في العقل سواء أراد أم لم يرد ، وقد تفرض الكثير من الرقابة على مادة اللاشعور ولا يسمح لها بالعبور إلى مسرح الشعور وطالما تكون الرقابة قوية ، فإنها لا تفلت لتدخل مسرح الشعور ، وعندما ينام الضمير تغلق بعض هذه الخبرات وتمر إلى الشعور وتظهر في صورة الأحلام .



جبل الثلج

ثانيا : التعريف بالحيل الدفاعية اللاشعورية أو الحيل العقلية اللاشعورية

تتأثر شخصية الفرد بعوامل البيئة المحيطة به ، وقد تتعارض رغبات الشخص ودوافعه الداخلية مع مقتضيات البيئة والظروف المحيطة به ، الأمر الذى يجعل حياة الفرد عبارة عن سلسلة متصلة من الكفاح والصراع الذى تقوى شدته أو تضعف بحسب العوامل المؤثرة فى الموقف ، ولكل واحد منا أسلوبه الخاص أو نمطه العام لمواجهة مشكلات الحياة ، الأمر الذى يختلف باختلاف الصحة الجسمية والعقلية ، وعندما يوجه الشخص موقفا صعبا فإنه يسلك إزاءه بطرق مختلفة ، فهناك الشخص الذى لا يقوى على مواجهة صعوبات الموقف فيستسلم وينسحب من الموقف وهذا يسمى "السلوك الهروبى" ولكن ربما يحاول الشخص الكفاح والمثابرة ويعتاد العناد والاصرار وبذل الجهد للانتصار على الموقف وهذا يسمى " السلوك القتالى " وعندما يعجز الفرد عن مواجهة المشكلات فى صراحة فإن ذلك يدفعه إلى أساليب مختلفة من التكيف بقصد التخفيف من حدة التوتر الناتج عن الاحباط ، ويطلق على هذه الأساليب " الحيل الدفاعية" أو " الحيل العقلية اللاشعورية ".

ومن أهم الاعباء الملقاة على عاتق "الأنا" مواجهة المخاطر والتهديدات التى توقع الفرد فى الارتباك وتثير فى نفسه القلق .

وهنا يحاول "الأنا" التحكم فى الخطر باتباع طرق واقعية فى مواجهة المشكلات ، أو يقوم بتخفيف القلق باستخدام طرق ينكر بها أو يموه بها ويشوه الواقع ، ولذا تسمى بمعنى آخر " بميكانيزمات دفاع الأنا " .

هدفها تجنب الفرد حالات القلق ، وما يصاحبها من شعور بالاثم ، وأن تجعل الفرد يحفظ على نفسه اعتباره لذاته ، وتعمل على خفض التوتر لدى الفرد .

هذه الحيل لا تستهدف حل الأزمة بقدر ما ترمى إلى الخلاص من القلق الناتج عن الاحباط وتزويد الفرد بقدر من الراحة الوقتية ، فلا تحقق للفرد التوافق الكامل بين الفرد وبيئته أو بين الفرد ونفسه .

التعريف بالحيل الدفاعية Defense Mechanisms

هى عمليات لا شعورية ، تعمل بصورة آلية غير مقصودة ، يصطنعها الفرد ليخفف عن ذاته بعض التوتر والقلق فهى فى الحقيقة لا تستهدف حل الأزمة وتصفيتها ، بقدر ما تعمل على تخفيف التوتر والتوافق ، وهى كالعقاقير المخدرة تخفف الألم لكنها لا تفعل شيئا لإزالة أسبابه الجوهرية .

أو هى عبارة عن أنواع من السلوك أو التصرفات التى ترمى إلى تخفيف حدة التوتر النفسى المؤلم وحالات الضيق التى تنشأ عن استمرار حالة الاحباط مدة طويلة ، بسبب عجز الانسان عن التغلب على العوائق التى تعترض إشباع دوافعه .

والحيل الدفاعية شائعة ومألوفة عند جميع الناس ، وهم يلجأون إليها فى كثير من المناسبات ، غير أن الاسراف فى الالتجاء إليها يدل على وجود حالة مستمرة من عدم التوافق ، وعلى وجود حالة اضطراب نفسى ، والاعتماد المسرف على الحيل الدفاعية يلحق بالفرد كثيرا من الاضرار ، فهو يعوقه عن القيام بالتوافق السليم ، ويقلل من قدرته على حل مشكلته حلا موفقا ، كما أنه يضر بعلاقات الفرد الاجتماعية ويسبب له كثيرا من المشكلات .

وتكون الحيل العقلية فى الأغلب لا شعورية ، فالشخص الذى يقوم بها لايكون مدركا للدوافع الحقيقية ، كما لا يكون مدركا للأغراض التى تهدف

إليها، وقد ينكر الشخص قيامه بهذه الحيل العقلية إذا حاولت أن توجه نظره إلى حقيقة سلوكه .

ثالثا : أنواع الحيل الدفاعية : وتنقسم هذه الحيل إلى :

(أ) الحيل الخداعية : مثل الكبت ، التبرير ، النسيان، الاسقاط،التحويل .

(ب) الحيل الهروبية : مثل أحلام اليقظة ، النكوص والتراجع ، الانسحاب .

(ج) الحيل الاستبدالية : مثل التعويض ، التعويض الزائد ، النقل ، تكوين رد الفعل ، الامتصاص والتقمص،والتسامي والاعلاء .

(أ) الحيل الدفاعية الخداعية :

الكبت : Repression

الكبت بمعناه العام هو استبعاد دافع أو فكرة أو صدمة انفعالية أو حادثة أليمة من حيز الشعور .

وهو عملية استبعاد تتخذ صورتين :

طرد الدوافع والذكريات والأفكار الشعورية المؤلمة أو المخيفة أو المخزية واكراهها على التراجع إلى اللاشعور ، والثانية هي منع الدوافع والذكريات والأفكار اللاشعورية من اقتحام حدود الشعور ثم الوقوف لها بالمرصاد ونتيجة للكبت تصبح المواد المكبوتة نسياً منسياً ، وهو محاولة يبذلها الفرد لابعاد رغبة لا تتفق وفكرته عن نفسه أو التقاليد الاجتماعية محاولا نسيانها ، وقد تنسى فإذا خرجت عن مجال الشعور وأصبحت مكبوتة فى اللاشعور ، ظلت قوية فى تأثيرها فى سلوك الفرد .

وللكبت وظيفتين أساسيتين فى الحياة النفسية :

١- وقاية الفرد ، أو وقاية ذاتية الشعورية مما يؤذيها ويؤلمها ، فهو وسيلة دفاعية وقائية لأنه يقى الفرد مما يسبب له الضيق وما يتنافى مع القيم الاجتماعية والخلقية ، وما يمس احترامه لنفسه ، وبعبارة أخرى فهو وسيلة لخفض التوتر النفسى .

٢- منع الدوافع الثائرة المحظورة خاصة الدوافع الجنسية والعدوانية ، من أن تفلت من زمام الفرد وأن تتحقق بصورة سافرة مباشرة ، مما قد يكون خطراً على الفرد أو ضارا بصالحه فى المجتمع .

والكبت نوعان :

١- الكبت الشعورى (القمع):

هو الاستبعاد الارادى المؤقت للدوافع من حيز الشعور ، أو هو ضبط النفس بمنع الدوافع والانفعالات من التعبير عن نفسها ، تعبيراً صريحاً، مثال :يقمع المرؤوس مظاهر غضبه من رئيسه،والفرد الذى يشعر بالجوع فى الشارع ولم يجد معه نقود لشراء الطعام يؤجل ذلك لفترة قصيرة حتى يعود إلى المنزل ، فالقمع عملية شعورية إرادية مقصودة يتحكم فيها العقل ، وفيه نشعر بالدافع ونعترف به ولا ننساه .

٢- الكبت اللاشعورى :

يقصد به النزعة إلى تجنب المواقف التى قد تعيد إلى الذكرى خبرات مكبوتة غير سارة ، ولا يشعر الفرد بوجود الدافع بل لا يعترف بوجوده ، وهو عملية تلقائية لا شعورية أى غير مقصودة .

ولا يقتصر الكبت على الدوافع والذكريات الأليمة وحدها ، بل أيضا فى ذكريات وأشياء ودوافع لا ذنب لها إلا أنها ارتبطت بالعناصر المؤلمة بروابط

التشابه أو التجاور ،مثال : الطفل يكره الأب ويعمم الكره على ما يشبه الأب " المدرس" والكبت المسرف العنيف فى عهد الطفولة المبكرة هو أصل كل بلاء واضطراب فى الشخصية من وجهة نظر التحليل النفسي.

التبريــــر Rationalization

هو أن ينتحل المرء سبباً معقولاً لما يصدر عنه من سلوك خاطئ أو معيب ، فيقدم أعذار تبدو مُقنعة ومقبولة لكنها ليست الأسباب الحقيقية لإخفاء ما يستقر به من عار أو خجل .

وهو محاولة يخدع الفرد فيها نفسه تدفعه إلى ذلك دوافع لا شعورية ، ومن الناس من يرون التواكل توكلاً والتبذير كرماً، والبخل حرصاً ، والفوضى حرية ، والتنازل عن الحق سلاماً ، ومن هنا نرى أنه غالبا ما يكون محاولة لحل أزمة "مشكلة" وهو محاولة لخداع الذات أو الضمير ، فالتبرير أسلوب يلجأ إليه الشخص لاشعوريا لتعليل سلوكه بحيث يبدو منطقيا مع كونه فى الواقع مخالفا للسبب الحقيقى لتصرفه .

ونحن نلجأ إلى التبرير فى كثير من مواقف حياتنا اليومية لحماية أنفسنا والدفاع عن تصرفاتنا ، لتفادى العقاب ، كما نلجأ إلى التبرير عادة للدفاع عن تعصب أو اعتقاد معين ، كما أننا ندافع بالحق والباطل عمن نحبهم ، ونحاول إثبات المبررات المختلفة لإدانة من نكرههم.

ومن هنا فالتبرير حيلة يتنصل بها الفرد من عيوبه ، وهو حيلة يلجأ إليها كل مقصر أو فاشل أو معقد أو عاجز (وهو شائع بين الكبار والصغار).

مثال: الطالب الذى يرسب فى الامتحان وينسب رسوبه إلى الأستاذ أو صعوبة المادة ، ولا يجب الخلط بين التبرير والكذب.

وذلك لأن التبرير يختلف عن الكذب في أن الكذب عملية شعورية منشؤها الخوف والدفاع عن النفس – فالكذب محاولة مقصودة لخداع الغير لا تتضمن خداع النفس (الذات) – أما التبرير فجوهرة خداع الذات ، وقد يؤدى إلى خداع الغير ، وتصدر عن الفرد بصورة آلية تلقائية لا تسبقها تفكير .
فمثلا: التاجر الذى يربح بطرق غير مشروعة يبرر هذا بأنه من أصول التجارة ، وأنه يفعل ما يفعله غيره من التجار ، وهذا ليس كالبائع الذى يحلف أنه يبيع سلعة ما بأقل مما اشتراها كثيراً فالأول يبرر والثانى يكذب .
أما " التزويغ" من الجامعة أو المدرسة للترويح عن النفس وحتى يستعيد الطالب نشاطه وقدرته على التحصيل ، فهو تبرير لسلوك لا يقره عليه المجتمع .

النســـــيان :

من الحيل العقلية اللاشعورية التى يلجأ إليها الناس للتخلص من الذكريات المقلقة »و النسيان حيلة سهلة وشائعة فى حياتنا اليومية ، ويلجأ إليها معظم الناس فى مناسبات مختلفة .
وقد دلت التجارب التى أجراها علماء النفس : على أن الناس يميلون عادة إلى نسيان خبراتهم المؤلمة أكثر مما ينسون خبراتهم السارة ، وهم ينسون فشلهم أكثر مما ينسون نجاحهم ويحدث النسيان نتيجة للكبت ، وقد يكون محصوراً فى حوادث معينة – كما يحدث حينما ينسى الشخص اسم شخص آخر يشعر نحوه بكراهية أو نسيان ميعاد شخص لا يود أن يراه .
وقد يمتد النسيان فيشمل جميع الظروف والمواقف والخبرات المتعلقة بالخبرة المكبوتة المنسية وقد يمتد أحيانا فيشمل فترة معينة من حياة الانسان ، وفى

الحالات المتطرفة قد ينسى الانسان ماضيه كله ولا يستطيع تذكر اسمه أو أهله أو المكان الذى كان يعيش فيه ويعرف " بفقدان الذاكرة " ويجب أن نفرق بين النسيان الذى يحدث نتيجة للكبت ، وبين النسيان العادى الذى يتعرض له كل منا فى حياتنا اليومية .

النسيان العادى :

عبارة عن ضعف بعض الخبرات وزوالها من الذاكرة ، بسبب كثرة النشاط والأعمال المتباينة المتنوعة التى يقوم بها الانسان ، ومن الممكن أن تظهر هذه الذكريات المنسية بسهولة فى الذاكرة إذا وجدت الظروف المناسبة لتذكرها .

أما النسيان الناتج عن الكبت :

فهو حيلة عقلية لا شعورية تبذل فيها شئ من الطاقة العقلية لمقاومة الذكريات ولمنعها من الظهور فى الشعور ، وليس من السهل تذكر الذكريات المكبوتة ، ويقتضى ذلك عادة مجهودا شاقا أثناء العلاج النفسى.

الاسقاط Projection

عملية لاشعورية يحمى الفرد فيها نفسه بإلصاق عيوبه بالغير ، وهى عملية هجوم لاشعورية يحمى بها الفرد نفسه بإلصاق عيوبه ونقائصه على الآخرين، كما أنها عملية لوم الآخرين على ما فشل هو فيه بسبب ما يضعونه أمامه من عقبات وما يوقعونه من زلات أو أخطاء ، وذلك بقصد تنزيه نفسه وتخفيفاً لما يشعر به من قلق .

مثال : الكاذب أو الأنانى الذى لا يشعر بوجود هذه الصفات فى نفسه فينسب الكذب أو الأنانية إلى غيره ،والزوج الذى تنطوى نفسه على رغبة مكبوتة فى

خيانة زوجته ، يميل إلى اتهامها بالخيانة ، والطالب الذى يغش فى الامتحان فيلتمس العذر لنفسه بأن كل طالب آخر يغش.

والاسقاط هو أن نسقط عيبنا على غيرنا للتخفف من الشعور بالذنب أو الفشل وفائدة الاسقاط حفظ التوازن النفسى بالتخلص من عيوبنا وإلصاقها بالغير .

ويتخذ الاسقاط مظهرين :

الأول : أن ننسب عيوبنا ونقائصنا ورغباتنا المكبوتة على غيرنا من الناس ، وذلك تخفيفاً مما نشعر به من خجل أو قلق أو ذنب.

الثانى: لوم الغير من الناس والأشياء والأقدار أو سوء الطالع .. لومهم على ما نلقاه من صعوبات ، وما نقع فيه من أخطاء .. فكثيرا ما نعزو الرسوب فى الامتحان إلى صعوبته .

وصدق من قال :

نعيب زماننا والعيب فينا ‏ ‏ ‏ ‏ ‏ ‏ وما لزماننا عيب سوانا

والاسقاط يؤدى غرضاً مزدوجاً : فيه نتخفف من المشاعر البغيضة وتعمى عن رؤية أنفسنا كما هى عليه فى الواقع ، كما أنه يجعلنا فى حل من نقد الناس واتهامهم والمبادرة إلى لومهم قبل أن يلومونا ، كما هى الحال عندما تصطدم سيارتان فى الطريق فيبادر كل سائق من فوره إلى إلقاء اللوم على الأخر ، بل أنه يجعلنا نحاسب الناس حساباً عسيراً إن بدت لديهم عيوب ونقائص شبيهة بعيوبنا ونقائصنا نحن ، فالأب الفاشل فى عمله يتهم ابنه بالاهمال فى دراسته ،والمدرس الكسول لا يغفر لتلاميذه الكسل أو البلادة لأنهم يصورون له الناحية التى يكرهها من نفسه ،وحالات الاسقاط المرضى تظهر فى شكل أفكار اضطهادية وخاصة فى مرض الفصام وأحياناً فى مرض الاكتئاب ، وفيها يرى المريض دوافعه العدوانية ، وكأنها صادرة من الآخرين الذين يكرهونه أو يضطهدونه .

التحـويـل Transference أو الطـرح :

هو العملية التى تتغير فيها (تتحول فيها) الطاقة المكبوتة مع ما يتصل بها من حرمان بعض الدوافع الأولى إلى أعراض وظيفية لمرض جسمى ، وهو أسلوب يلجأ إليه الفرد ليطلب مساعدة اعضائه الجسمية فى حل الصراع الذى فشل فى حله ، وقد يلجأ إلى هذا الأسلوب بعد أن يكون قد فشل فى استخدام الأساليب الأخرى .

وكأن الفرد بدلا من أن يعبر عن صراعاته الشخصية تعبيرا نفسيا خالصا كما فى الميكانيزمات السابقة ، يحوله إلى تعبير جسمى هو ما نطلق عليه الاضطرابات السيكوسوماتية .

ويرى المحللون النفسيون أن عملية الطرح ظاهرة تحدث فى حياتنا اليومية فالمشاعر التى ارتبطت – فى الماضى – بأشخاص مروا فى خبراتنا السابقة، يجرى طرحها على اشخاص لم يمروا فى خبراتنا السابقة ، خاصة الأشخاص ممن يمتلكون السلطة أو العطاء كالمدرسين والأطباء وغير ذلك ، وأن التحويل ألقى ضوءا كثيرا على بعض الأعراض التى كان يظن أولا أنها نتيجة مرض عضوى جسمى ، ولكن التحليل النفسى أظهر أن هذه الأعراض الجسمية هى أعراض الهستيريا التحويلية نتيجة كبت صراع انفعالى ، ثم فشل هذا الكبت تماما ، فتحول الكبت إلى الشعور بطريقة متنكرة ، وهى الالتجاء الشعورى إلى حالات المرض ...وهنا نلاحظ أن بالعرض النفسى استبدل بالعرض الجسمى فيصاب المريض بنوع معين من الأعراض الجسمية ، كفقد الشهية ، أو القئ ، أو الشلل الهستيرى .

(ب) الحيل الهروبية :

أحـلام اليقظـة : Daydreams

وهى العملية التى يستبدل فيها عالم الخيال بعـالم الواقـع ، حيث يهـرب الفـرد الذى لم يستطيع أن يحقق رغباته فى عالم الواقع إلى عالم الخيال.

وهى قصص يرويها الانسان لنفسه بنفسه عن نفسه ، وهـى نـوع مـن التفكير لايتقيد بـالواقع ، وتسـتهدف هذه الأحـلام خفض التوتـر والقلـق النـاجم عــن حاجات ورغبات يعجز الفرد عن تحقيقها فـى عـالم الواقـع ، فترى الضـعيف يحلم بالقوة والفقير يحلم بالثروة ، وقد يضـع الفـرد نفسـه بطـلاً لروايـة يؤلفها وينعم فيها بما ينعم الأبطـال المنتصـرون ، وهكذا فـإن أحـلام اليقظـة تعتبر صمام آمن للرغبات المكبوتـة والدوافـع المحبطـة ،وهـى شـائعة فـى الطفولـة والمراهقة ، وهى تختلف عن أحلام النوم ، فـأحلام اليقظـة وهـى أقـرب إلـى الشعور ، أما فـى أحـلام النـوم فهى لا تتميز بـالوضوح ، وهـى أقـرب إلـى اللاشعور ، كما أن الأسباب المستخدمة فى أحلام النوم هى أساليب اللاشـعور للتعبير الرمزى .

مثال : فقد يحلم الشاب الذى يكره والده كراهية مكبوتة بأنه يقتل ثعبان أو أنـه يصارع ويقهر رجلاً مـن ذوى السلطة كـأحد رجـال الشـرطة أو رئيسـه فـى العمل وسواء كان الحلم محاولة لتحقيق رغبة أو محاولة لحل مشـكلة – فهـو يستهدف اسـتعادة التـوازن النفسـى ، وباسـتعمالنا لأحـلام اليقظـة نسـتطيع أن نهـرب مـن أو نتفـادى مؤقتـا مشـكلة صـعبـة أو مؤلمـة فـى موقـف حقيقـى أو متخيل ، بهذا نعطى أنفسنا فرصة لحل مشاكلنا حلاً مرضياً فيما بعد .

وأحلام اليقظة قد تكون عائقاً لاتزاننـا النفسـى إذا لجأنـا إليهـا دائمـا ، لتفـادى معظم العقبات أو المشكلات اليومية التى تقابلنا .

النكوص والتراجع Regression

هو تراجع الفرد إلى أساليب طفلية أو بدائية من السلوك والتفكير ، حيث تعترضه مشكلة أو يلتقى بموقف آزم -- فإذا يستبدل بالطرق المعقولة لحلها أساليب ساذجة يبدو فيها تهلهل التفكير وغلبة الانفعال ، ومن مظاهر النكوص عند الكبار السب والصراخ والتمارض والغيرة والعناد والبكاء عند مواجهة المشاكل ، والاسراف فى الحنين إلى الماضى .

ومن مظاهر النكوص عند الأطفال :

قد يأخذ الطفل ذو السادسة فى التبول اللاإرادى أو فى مص أصابعه ، أو يكثر من العناد إذا رأى أخاه الأصغر قد استأثر بعناية أمه وعطفها دونه ، فهو ينكص لاشعوريا .

والنكوص إحدى الحيل العقلية التى تؤدى إلى السلوك الانسحابى من الموقف، عندما يواجه الفرد موقفا أكثر من احتمال قدراته ، فيلجأ إلى تصرف لا يتلائم مع مستوى عمره ونضجه ، كالرجل الذى يتصرف تصرف المراهقين فى مواقف الرجولة ، والمراهق الذى يتصرف تصرف الطفل الصغير فى المواقف التى تتطلب تصرف الشباب ، ويتضح عند أولئك الذين لم يستطيعوا التغلب على " عقدة أوديب " ، فيتجهون حينما يكبرون فى حالات الذكور إلى الزواج من نساء فى أعمار أمهاتهم ، وفى حالات الاناث إلى الزواج من رجال فى أعمار آبائهن ، وهنا نلاحظ أن النكوص عبر عن الصراع الكامن فى اللاشعور بطريقة معينة يقرها المجتمع ، إلا انها فى أساسها إشباع الصراع الموجود فى النفس منذ عهد الطفولة الأولى .

الانسـحـاب Withdrawal

يتوافق بعض الأفراد لحالات الاحباط بالانسحاب والابتعاد عن العوائق التى تعترضهم ، وبتجنب المواقف التى تسبب لهم الفشل ، أو التى تؤدى إلى النقد أو العقاب ، ويؤدى الانسحاب فى مثل هذه الحالات إلى وقاية النفس من القلق الذى ينشأ عن الفشل أو النقد أو العقاب .

ويبدو الشخص الذى يلجأ إلى هذه الحيلة العقلية ، وحيدا منعزلا عن الناس ، وهو يحاول دائماً تجنب المجتمعات والرحلات والحفلات العامة ، ويقضى معظم وقته فى الأعمال الفردية كالقراءة والرسم ، ومن العوامل التى تساعد على التجاء بعض الأفراد إلى العزلة للتوافق ، النقد المستمر والعقاب الشديد اللذان يتعرض لهما بعض الأطفال أثناء تربيتهم ، فقد ينشأ عن ذلك قلق دائم عند الأطفال يدفعهم إلى الانسحاب والعزلة خوفا من النقد أو العقاب .

وفى الحالات المتطرفة من الانسحاب والعزلة يبدو الفرد كأنه أبله أو ضعيف العقل لا يستطيع ان يتجاوب بسهولة مع الناس المحيطين به ، ويبدو معظم الوقت شارد الذهن غير مهتم بعمله او بدراسته ، وغير مهتم بما يجرى حوله من الأمور.

(ج) الحيـل الاسـتبدالية :

التعويـض Compensation

هو كل محاولة لإخفاء نقص او التغلب عليه ، وكثيرا ما يكون التعويض ستراً للنقص لا التماساً للقوة وإصلاح العيب ، وهدفه هو المحافظة على الاتزان النفسى .

وهو أحد الحيل العقلية التى تساعد على حل الصراع النفسى بين الشخص وبيئته بطريقة لاشعورية ، ومن أمثلة ذلك قصار القامة الذين يعوضون نقصهم برفع أصواتهم ، وحب الظهور بمظهر القوة فى مشيتهم وأحاديثهم ، والذين يتميزون بالبدانة وثقل الوزن فيحاولون أن يظهروا خفة الدم ، وقد يكون التعويض مفيداً للشخص لأنه يؤدى به إلى الشعور بالتوازن بين ما يحققه وما يعتريه من ضعف ونقص فى القدرة مثال العميان يستطيعون التعويض عن فقدان حاسة الابصار فى التفوق بطريقة " برايل".

التعويض الزائد (المبالغة أو التفخيم) Over-Compensation

يعنى محاولة الفرد أن يتفوق تفوقا زائدا على نقطة الضعف لديه ، ويحاول الفرد باستجابته المسرفة فى التعويض أن يخفف من التوتر الناشئ عن عقدة النقص لديه ، وفى التعويض المسرف نجده يتجاوز الحدود المعقولة المقبولة حتى ليبدو متكلفاً أو سخيفاً أو مضاداً للمجتمع ، وهو كل محاولة لاخفاء نقص أو التغلب عليه ، فجناح الأحداث يرتكبون العدوان على الناس أو الممتلكات والسرقة والاعتداء متحدين العرف ، وذلك حتى يثبتوا لأنفسهم وللناس أنهم غير ضعفاء ، والفتاة الدميمة تلجا إلى التكلف فى لبسها وزينتها فتلبس الأزياء الصارخة غير المحتشمة فلا تثير إلا الاحتقار والاستنكار.

وأن هذه العمليات التعويضية تتم بطريقة لاشعورية يؤديها الفرد للتغلب على عقدة النقص لديه فالفرد الذى لديه عاهة جسدية (العمى) مثلا يتفوق فى الدراسة تفوقا كبيرا (الدكتور طه حسين، الموسيقار عمار الشريعى ، وكثيرا ما يكون التعويض سترا للنقص لا التماساً للقوة وإصلاح العيب.

النقـــل Displacement

حيلة عقلية دفاعية تقوم بنقل الانفعالات من المعانى الأصلية غير المقبولة التى تتعلق بها إلى معان أخرى بديلة تكون أقل إثارة للقلق أو تكون مقبولة للفرد ، ويحدث النقل نتيجة للكبت وهو يساعد على استمرار الكبت ، بالاضافة إلى نقل الانفعالات من معانيها الأصلية إلى معان أخرى ، فإن النقل يقوم أيضا بتحويل الدوافع والرغبات والانفعالات من مسالكها الأصلية إلى مسالك أخرى بديلة . أو من أشياء أو أشخاص معينين إلى أشياء أو أشخاص آخرين فانفعال الغضب الذى يمنع من التفريغ فى صورة حركية عضلية قد يتحول إلى التفريغ فى صورة لفظية ، كألفاظ السباب والتشهير والسخرية ، وقد يتحول الغضب من شخص إلى شخص آخر فانفعال الغضب الموجه إلى الوالدين مثلا قد يتحول ويتجه إلى المدرسين والرؤساء .

تكوين رد الفعل Reaction formation

هو اتخاذ الفرد لاتجاه معين يكون مضادا لاتجاه آخر غير مقبول ومثير للقلق وتكوين رد الفعل وسيلة دفاعية تساعد على كبت الدوافع غير المقبولة ، وتعمل على وقاية الفرد من القلق الذى تثيره ، فقد يشعر الشخص الذى يسير وحيداً فى شارع مظلم بخوف يتملكه فيأخذ يغنى ويصفر ليبعث فى نفسه حالة من السرور والإطمئنان ،وهى حالة مضادة لحالة الخوف وينتج عن ذلك أن تختفى حالة الخوف أوتزول ، أن هذا الشخص قد تغلب على خوفه بإتخاذ اتجاه مضاد أو بإثارة حالة نفسية مضادة وهذا هو ما يعرف بتكوين رد الفعل . فالاهتمام الزائد بصحة شخص معين قد يكون ستاراً يخفى وراءه كراهية وحقدا وعداء ضد هذا الشخص .

الامتصـــاص Introjection

وهو العملية التـى عـن طريقها يمتص الفرد فـى بنـاء الأنـا لديه شـخصاً أو موضوعاً ســواء كلـه أو جزء منه بإتجاهاتـه سـواء كـانت حسنة أم رديئـة ، صحيحة أم خاطئة ، وكل طفل يمتص أساليب سلوكه من الوالدين والمحيطين به فـى الأسرة سـواء شـعر بذلـك أم لـم يشـعر ، ولهـذا يجـب أن يـدرك الكبارخطورة تأثيرهم فى تنشئة الصغار الذين يأخذون عنهم عاداتهم وأسـاليب تفكيرهم .

والتـقـمـص (التوحـد) Identification :

هو عملية يمتص فيها الفرد الصفات المحببة إلى النفس التى يرجو ان تتكون مكملة له – من شخصية يحبها ويحاول أن يتخذها مثلا يحتذ بـه ، ويتم ذلك بطريقـة لاشـعورية،مما يـؤدى إلـى أن يـأخذ الشـخص عن النمـوذج صفاتــه جميعها السيئ منها والحسن .

وكون التقمص عملية لاشعورية ، فهـذا سببه أن التقمـص فيـه تسليم ضمنـى بالنقص وفيه تكميل للنقص عن طريق التقمـص – فـالنقص وتكميلـه أمـران لا يقبلهما "الأنا" فيبقيان لاشعوريين ، فيصبـح الشـعور بـالنقص والعجـز دافـع قوى للتقمص ووسيلة للتخفف من الخوف أو القلـق ، والتقمـص فـى السنوات الأولى ضرورى لنمو الطفـل ، فعليـه يتوقـف كسـب الطفل للغتـه ولهجتهـا ، ونوع المشية .

والتقمص مرتبط بالامتصــاص ، لأن التقمـص معنـاه أن يقلد الشـخص غيره بطريقة أوتوماتيكية فيحاكيـه ويتشبه بـه فـى تصرفاتـه المختلفـة مـن غير ان يشـعر ، وتختلـف عمليـة التقمـص عـن عمليـة التقليـد والمحاكـاة حيث تكـون الأولى لاشعورية ، اما الثانية والثالثة فهى شعورية مقصودة .

ومن أمثلة التقمص :

فالطفل يتقمص شخصية والده أو مدرسه الذى يعجب به ، والكبار يحاولون أن يتقمصوا شخصياته الأبطال والزعماء ممن يعجبون بهم ، ويرون فيهم المثل الأعلى لما تصبوا إليه أنفسهم.

والتقمص يعد من المفاهيم الأساسية التى يستعين بها مدرسة التحليل النفسى على تفسير نشأة الشخصية عند الطفل عن طريق تمثل خصائص والديه او من يقوم مقامهما ، ليس مجرد محاكاة بل هو عملية توحد واستدماج .

التسامى أو الإعلاء Sublimation

عملية يحول الفرد فيها طريقة التعبير عن دافع ينتقده المجتمع إلى سلوك مرغوب فيه إذ أن الحل السليم السوى للتخلص من الخبرات والاندفاعات التى لم تعد مناسبة وغير مرغوب فيها هو كبتها فى اللاشعور ،وتحويل الطاقة ووضعها فى خدمة الأفكار والأفعال الشعورية المقبولة اجتماعياً وشخصياً وتسمى هذه العملية " بالإعلاء " .

وهو عبارة عن التغلب على بعض الدوافع المكبوتة عن طريق العمل الابداعى ، وما هو إلا تغيير مجرى الدوافع الأولية إلى مجرى يقدره المجتمع، ونلاحظ فرقا جوهريا بين الاعلاء والتقمص ، ففى التقمص نجد أن الدوافع عبرت عن نفسها بنواحى عجز أو نقص فى مظهر جسمى معين يقبله المجتمع ، ولكنه يؤلم الفرد ويدل على عجزه .

أما الاعلاء فإنه يمتاز بغرض اجتماعى واضح ، إذ أنه لا يدل على عجز جسمى أو نفسى بل على تفوق ، والواقع أن التحليل النفسى يتخذ من الإعلاء وسيلة لالقاء ضوء كبير على شخصيات العباقرة من العلماء والممتازين من

اصحاب الفنون المختلفة . فيمكن أن تتحول الميول الاستعراضية الجنسية الطفلية في الاعلاء إلى التفوق في التمثيل المسرحي - فالدافع الأصلي هنا لم يتغير غير أن الموضوع الذى يلتصق به هذا الدافع هو الذى تغير ،وقد تتحول السادية الطفلية إلى التفوق فى الرياضة .

فوائد العمليات العقلية اللاشعورية :

نلاحظ أن هذه العمليات من الوسائل التى تساعد الفرد على التكيف ، إذ تؤدى وظيفة صمام الأمن للفرد ، حين يعز عليه إيجاد حل عملى لمشكلاته .

ومن فوائـدهـــا :

١- تسمح العمليات العقلية اللاشعورية للفرد بالتكيف مؤقتا وبذا تعطيه وقتا أطول حتى يتمكن من تمييز كثير من جوانب المشكلة .

٢- تسمح هذه العمليات للفرد بأن يجرب نفسه فى أدوار جديدة وتعلم وسائل جديدة للتكيف . ففى اسقاطنا لعيوبنا على الغير مجال يسمح لنا بأن نتحسس هذه العيوب فيه ، وحينئذ قد نكتشف كثيراً من محاسنه ، فنعدل من حكمنا عليه ، وبذا نكتسب خبرة فى عدم التسرع فى اصدار حكمنا على الناس ،ويؤدى هذا إلى تعديلنا لأنفسنا .

٣- يلجأ الانسان فى عملية التبرير إلى ايجاد أسباب منطقية يبرر بها سلوكه، وقد يؤدى به هذا إلى أن يفتح أمامه مجال التفكير السليم المبنى على ادراك العلاقة بين الأسباب والمسببات .

٤- وقد يؤدى سلوك معين مبنى على عمليات لاشعورية إلى نتائج ايجابية فتؤدى بالفرد إلى النجاح فى ميدان يؤكد ذاته ،كالشخص الذى يتخذ

الرياضة أو الرسم لاعلاء الدافع الجنسي مثلا فقد يكتشف في نفسه مهارة في أحد الميادين تؤدى به إلى التفوق والظهور .

إلا أن هذه العمليات لها أضرارها ، فالفرد الذى يعتمد عليها دائما ، وربما لوقاية نفسه يعجز عن التعرف على طرق أحسن منها للتكيف ، ولما كانت هذه العمليات تقوم على تشويه للواقع ، فقد يؤدى الأمر بالفرد الذى يعتمد عليها إلى أنه يظل دائما بعيدا عن الواقع ،وقد ينتهى به الأمر إلى الانهيار وانحرافات الشخصية .

الفصل الثالث

اضطرابات الشخصية

- اضطرابات الشخصية .
- نماذج من أنواع اضطرابات الشخصية

أولا : العقدة النفسية :

أ- تعريفها   ب- نشأتها   جـ- خصائصها

ء- الفرق بين الشعور والعقدة النفسية

- أمثلة للعقد المعروفة :

١- عقدة النقص

٢- عقدة الأب وعقدة الأم

٣- عقدة الذنب

- الفئات الرئيسية لإضطرابات الشخصية .

١- اضطرابات نمط الشخصية .

٢- اضطرابات سمة الشخصية .

٣- الاضطرابات السيكوباتية للشخصية .

أضطرابات الشخصية

❋❋❋❋❋❋❋❋

وقد رأينا في الفصول السابقة أن الفرد الذى يعاني من الاحباط والكبت والصراع يلجأ إلى أساليب من التوافق السوى (الحيل اللاشعورية) التى تعتبر من طرق تخفيف التوتر الانفعالى طالما لم تتخذ أشكالا مرضية ، أما إذ لم ينجح الشخص فى تخفيف التوتر النفسى عن طريق الحيل العقلية اللاشعورية ، أو الهروبية فقد ينتهى به الأمر إلى نوع من اضطرابات الشخصية الوظيفية سواء منها الأمراض النفسية أو العقلية أو الانحرافات السلوكية الاجتماعية .

وتختلف اضطرابات الشخصية في شدتها وعنفها ، كما تختلف فى قابليتها للشفاء أو عدم القابلية للشفاء (المستعصية) ، فهناك الاضطراب البسيط الذى لا يعوق دون مواصلة العمل والنشاط الاجتماعي ، ويظهر هذا الاضطراب في صورة انحراف خفيف أو مشكلة سلوكية ، كما يتعرض له كثير من الأطفال كالتهتهة (عيوب النطق والكلام) أو قضم الأظافر أو التبول اللاإرادى أو فقدان الشهية للطعام أو السلوك العدوانى الذى يبدو فى انحراف المراهق وتمرده أو السلوك الانسحابى مثل الميل إلى الانطواء ، وقد يبدو فى صوره أشد عنفا وأوضح أعراضا كالأمراض النفسية (هستيريا – الوساوس ..إلخ)، والأمراض السيكوسوماتية (قرحة المعدة – البدانة ...إلخ) ، والأمراض السيكوباتية ، وقد تتخذ اضطرابات الشخصية صورة من الأمراض العقلية (الجنون – الهوس .. إلخ).

وفيما يلى سنستعرض بعض نماذج من أنواع اضطرابات الشخصية الشائعة :

أولا : العقد النفسية : Complex

أ - العقدة : Complex

يقصد بها مجموعة مركبة من مواد مكبوتة ، أحداث وأفكار ودوافع وذكريات مشحونة بشحنة انفعالية قوية .

تعريف العقدة النفسية من وجهة نظر علماء النفس :

هى حالة لاشعورية أى أنها تثبت قبل أن تصل إلى مستوى الشعور ، ولايدرك الفرد وجودها ولا منشأها ، وتنطوى على مجموعة مركبة من أحداث وتصورات متعارضة واتجاهات وأفكار ودوافع وذكريات لاشعورية مكبوتة ، مشحونة بشحنة وجدانية انفعالية قوية تعمل كقوة موجهة تقسر الفرد على أنواع شاذة من السلوك الظاهر والتفكير والشعور ، وتتكون هذه الاتجاهات عادة أثناء الطفولة نتيجة لتبلور العلاقات القائمة بين الطفل وأسرته .

ب- نشأتها :

تنشأ العقد النفسية من صدمة انفعالية واحدة ، أو من خبرات مؤلمة ، أو من تربية غير سليمة فى مرحلة الطفولة ، من تربية تسرف فى التخويف الزائد للطفل ، أو تدليل الطفل وتأثيمه مما يخلق فى نفسه مشاعر بغيضة بالنقص والذنب والقلق واتجاهات نفسية هدامة كالغيرة والكراهية ، وهى مشاعر واتجاهات أليمة لا تلبث أن تكبت فى اللاشعور فتنشأ عنها عقدة أو عدة عقد .

ج - خصائصها :

١- العقدة اتجاه لاشعورى لايدرك الفرد إلى وجوده ، ولا يعرف أصله ومنشأه ، وكل ما يشعر به هو آثار العقدة فى سلوكه وشعوره أو فى جسمه . مثال : كالقلق الذى يسيطر عليه أو الشكوك التى تساوره ، أو اضطراب وظائف المعدة او التنفس .

٢- أن عناصر العقدة ومقوماتها منسية في اللاشعور بل يذكر الفرد طرفا منها والأغلب أن ما ينسيه هي التفاصيل الهامة .

٣- العقدة مصادر لأفعال ومشاعر شاذة لا يستطيع الفرد ضبطها والسيطرة عليها فهي تقصر الفرد على الخوف حيث لا يرى العقل داعيا إلى الخوف ، لذا يبدو سلوكه مستغربا في نظر نفسه ونظر الناس ، فالخوف من ثعبان أو من سيارة سريعة خوف مفهوم، لكن الخوف من عبور الشارع أو من حيوان ضار كالفأر خوف شاذ غير مفهوم، ومن الأفعال الشاذة التي تصدر عن العقد سرقة أشياء تافهة لا حاجة للفرد بها ، واختلاق قصص حمقاء لم تحدث ، وتجنب المشي في ظلال الأشجار.

٤- كذلك يتميز السلوك الصادر عن العقد بأنه يتنافى مع ما يعرفه الناس عن خلق الفرد.

مثال : كالسرقة التي يرتكبها تليمذ مثالي الخلق ، والجريمة الخلقية البشعة التي يرتكبها شخص عرف بالورع والتقوى .

ومن علامات السلوك الصادر عن العقد انه لا يتناسب عادة مع المثير الذي أثاره ، فالنقد الطفيف قد يثير نوبة من الغيظ ، والنكتة العارضة قد تثير البكاء ، والغارة الجوية قد تثير البرود وعدم الاهتمام.

د – الفرق بين الشعور والعقدة النفسية :

الشعور : حالة يدركها الفرد إدراكاً مباشراً

العقدة النفسية : فهي في صميمها لاشعورية بمعنى أن الذي يعاني فعلا من عقدة نفسية لا يشعر بها ، ولا يدرك طبيعتها ، ولا يعرف منشأها ، ولا يشعر إلا بأعراضها من تعب أو توتر أو قلق أو خوف أو عجز مفاجئ عن بعض

الوظائف الحركية ، أو اضطراب في بعض الوظائف العضوية كالمعدة أو التنفس .

ويطلق على العقدة عادة اسم الانفعال الغالب عليها فيقال "عقدة النقص" " عقدة الذنب" ، (عقدة الغيرة أو باسم الموضوع الذى تتركز حوله الانفعالات فيقال " عقدة الأم " "عقدة الأب" ، (عقدة المحارم) .

ومن أمثلة العقد المعروفة :

١- عقدة النقص : Inferiority Complex

وهى اتجاه لاشعورى ينشأ عن كبت الشعور بالنقص او من صراع داخلى بين الرغبة فى النجاح والخوف من الفشل ، وهى تختلف عن " الشعور بالنقص" وهو حالة وجدانية شعورية يدركها الفرد إدراكاً مباشراً نتيجة نقص جسمى أو عقلى أو اجتماعى حقيقى ، يبدو فى سلوك الفرد فى صورة ارتباك أو خجل أو تردد أو حساسية أو ميل للانطواء ، والشعور بالنقص ليس شعورا شاذا.

أما عقدة النقص: فهى حالة لاشعورية لا يدركها الفرد ، تقوده إلى أنماط من السلوك لا يفهم دلالتها كالإسراف فى تقدير الذات أو التظاهر بالشجاعة أو الميل إلى العدوان والسيطرة أو التفاخر والتباهى أو التطرف فى الرأى .

وقد تنشأ العقدة عن وجود عاهة أو عيب أو نقص جسمى أو عقلى أو فشل متكرر وإسراف فى اللوم أو التمييز فى المعاملة أو احباط متواصل .

٢- عقد الأب وعقدة الأم:

كثيراً ما تكون العقدة مصحوبة بعملية الدوافع والانفعالات وخاصة الجنسية منها في موضوع واحد هو الأم أو الأب أو من يقوم مقام كل منهما ، وتكون

القوى الانفعالية النفسية مثبتة ومركزة في هذا الشخص الآخر الذي يكون بمثابة القطب الذي يجذبه نحوه ، ويتخذ هذا التثبت صورة التعلق المطلق كتعلق الابن بأمه (عقدة أوديب)، وتنشأ عن رغبة مكبوتة لدى الابن في الاستئثار بأمه والاستحواذ عليها مع غيره ونفور وخوف وكراهية نحو الأب تكبت فتتكون منها عقدة أوديب أو تتعلق الفتاة بأبيها ويطلق عليها عقدة الكترا وترى مدرسة التحليل النفسي أن هذه العقدة نواة جميع الأمراض النفسية ، وتتكون هذه العقدة غالبا خلال السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل والتربية السليمة كفيلة بتصفيتها ، فإن عجز الطفل عن تصفيتها ظل طوال حياته متعلقا بأمه تعلقا شاذاً قد يعوقه عن الزواج ، أو يواجه سلوكه إلى أساليب شاذة ، منها العجز الجنسي أو التخنث أو الغيرة الشديدة على الزوجة، أو الخوف الشديد من فقدانها ذلك أنها بديلة الأم التي لايزال يتعلق بها تعلقا أنانيا لاشعورياً ، أو الصدام المتصل مع الأب بصورة ظاهرة أو باطنة ، أو من يمثلون السلطة والنفوذ .

٣- عقدة الذنب :

اتجاه لاشعوري يقصر الفرد على الشعور الشاذ بالذنب ، وعلى القيام بأفعال مختلفة لإيذاء نفسه وإذلالها والتقليل من شأنها.

وتنشأ هذه العقدة في الطفولة المبكرة من تربية تسرف في لوم الطفل وتأنيبه وإشعاره بالذنب من كل ما يفعل مما يؤدي إلى تضخم الضمير لديه - فالضمير الصارم قد يحاسب الفرد على الهفوة والسهوة ، ويعاقبه على اللفتة والحركة ويسرف في أمره ونهيه ، فالفرد يرى في أوهن أخطائه ذنوباً لاتغتفر ، ويلوم نفسه على أمور لا يلومه عليها أحد ، وهو شعور خفي دائم لايعرف الفرد اصلا له أو سبباً ، في هذه الحالة يقال أن الفرد يعاني " عقدة

الذنب " فهو شعور شاذ بالذنب والخجل والاشمئزاز من الذات ينشأ من ضمير لا شعورى عطلته القسوة والكبح عن النمو النضج.

مثال: الشعور بالذنب يجعل الفرد فى حاجة إلى العقاب والتكفير حتى يتخلص من وخز الضمير ،وهكذا ترى أن من يعانى عقدة الذنب يندفع من تلقاء نفسه إلى عقاب نفسه تدفعه حاجة لاشعورية إلى عقاب نفسه سواء كان هذا العقاب مادياً او معنوياً ، **مثال** : نرى الطفل يعض أنامله حتى تدمى ، أو يهمل فى واجباته المدرسية ونرى الكبير يجنح إلى القمار ، أو يستهتر بالمخدرات والتاجر الذى يصيب ثراءً فلا يلبيس أن يضيعه فى الميسر ، أو يقع فريسة لمرض نفسى .

الفئات الرئيسية لاضرابات الشخصية :

وهناك ثلاثة فئات رئيسية فى اضطرابات الشخصية هى :

١- اضطرابات نمط الشخصية .

٢- اضطرابات سمة الشخصية .

٣- الاضطرابات السيكوباتية للشخصية .

١- اضطرابات نمط الشخصية :

وهى مرض عميق الجذور يعرقل قدرة الفرد على معالجة المواقف الضاغطة إلا فى حالة الهروب إلى الذهان ، وفى بعض الحالات توجد عوامل تكوينية، وتكون على درجة كبيرة من الأهمية ويتضح فيها التوافق فى شكل شاذ مستمر ، فهى ليس ذهانية ، فهى تحدث فى الشخصيات التى نصفها دائما بانها " قبل ذهانية " ، وبينما نجد هؤلاء الأشخاص أكثر شبها بالذهانيين عنهم بالعصابيين ، فإننا نجد لديهم ملامح الذهان والعصاب معا, وتنقسم اضطرابات نمط الشخصية إلى أربعة أنواع رئيسية هى :

أ - الشخصية العاجزة :

وتتمثل فى أولئك الأشخاص الذين يتسمون بنمط دائم بالفشل والعجز المزمن عن الوفاء بمطالب الحياة اليومية ، وحياتهم عبارة عن سلسلة من المشكلات التى لا يستطيعون حلها بكفاية ، وهم ليسوا ضعاف عقول ولا يعانون من نقائص جسمية ، كل ما فى الأمر أنهم لا يستطيعون الارتفاع إلى مستوى قدراتهم التى يمتلكونها فعلا وتتسم سلوكهم بالأحكام الضعيفة وعدم القدرة على التكيف ويفتقر نمط حياتهم للتبصر والتخطيط والمثابرة .. وإذا لم يدعم هؤلاء الأشخاص بظروف بيئية غير عادية مثل وجود آباء أثرياء أو آباء يفرضون حمايتهم فإنهم يصبحون معتمدين تماما على المجتمع ، لذا نجدهم فى مكاتب رعاية الأسرة ، أو فى السجون وبين أدنى المستويات الاجتماعية والاقتصادية فى المجتمع ، فهم لم يصلوا إلى بناء شخصى قوى ، وبالتالى فهم غير معدين لمواجهة التوترات والضغوط العادية فى الحياة .

ب- الشخصية الفصامية :

السمات البارزة للشخصية الفصامية هى ابتعاد الشخص عن الغير ، وعدم قدرته على الدخول فى علاقات شخصية دافئة ، ويتجنب هؤلاء الأشخاص الاحتكاك المباشر بالحياة ، ويعتمدون اعتمادا شديدا على أحلام اليقظة والتفكير الذاتى حيث يستطيعون التعبير فيهما عن الكراهية أو حتى عن العدوان العادى الذى يعبر عنه بقية الناس تعبيراً مباشراً وواضحاً ، وهو يتسم عادة بالجبن وتجنب المنافسة والانعزال الانفعالى ، وفى الطفولة نرى هؤلاء الأطفال مطيعين طاعة شديدة ، ويتسمون بالخجل المفرط والانسحاب الكامل والحساسية الزائدة ، وتكون بداية المرض فى البلوغ حادة بالنسبة لهم ، مع تفاقم انسحابهم وانطوائهم.

وتسير الشخصية الفصامية عادة على نظم غير واقعية ومثالية جداء ولذلك يبدو سلوكهم للآخرين دائما غريب الأطوار ، وإذا كانوا أذكياء تراهم ينشغلون في تأليف كتب لا تنشر أبدا ، أو في وضع مخترعات لا يعترف بها أحد ،ويعتبر هؤلاء الأشخاص شخصيات فصامية قبل ذهانية ، وعندما تصبح الشخصية الفصامية ذهانية ، فإن احتمال الشفاء يكون ضعيفا .

ج – الشخصية الدورية :

من سمات الشخصية الدورية ، الانبساط والمودة الشديدين ، والحاجة إلى أن يسلك بطريقة سخية دون تمييز وبشكل نشيط وعلى نطاق واسع تجاه كل جوانب البيئة ، وغالبا ما يندفع هؤلاء الأفراد في حالة الهياج والغضب عندما تعرقل دوافعهم . كما نلاحظ عندهم دائما تقلبات في المزاج من الاكتئاب إلى المرح نتيجة عوامل داخلية مستقلة – إلى حد ما – عن الظروف الخارجية المحيطة ، ولا تشتمل هذه التقلبات المزاجية على أى جوانب ذهانية ، ولكن الأمر قد يتطور في الحالات الشديدة إلى استجابات الهوس والاكتئاب المتقلبة. والحالات الخفيفة من الشخصية الدورية شائعة بين الأشخاص الناجحين في مجتمعنا ، ويتسم هؤلاء الأشخاص بطاقة زائدة ونشاط مفرط ، ويستطيعون تكريس أنفسهم للقيام بمجهودات كبيرة بحماس زائد دون كلل أو تعب .

د– الشخصية البارانوية :

السمات الأساسية في الشخصية البارانوية هي الحساسة الشديدة في العلاقات الشخصية مصحوبة بميل لاسقاط الشك والغيرة الشديدة ، ويشبه الفرد في هذه الحالة عادة – في توافقه العام مع الناس – الشخصية الفصامية ، ولكنه يكون أقل انسحابا – إلى حد ما – وأكثر جمودا وأحسن تنظيما ، والأشخاص

البارانويون شرسون عادة ، ومن الصعب التعامل معهم ، ويستجيبون للاحباط بمحاولة الأخذ بالقوة ، ونجدهم عادة فى فئة المتدينين الغيورين والمصلحين المتحمسين ، ويساعدون بنشاط فى الاحتفالات الدينية ، وقد يدفعهم الضغط الشديد إلى ذهان بارانوى .

٢- اضطرابات سمة الشخصية :

ومن أهم ملامح اضطرابات سمة الشخصية هى العجز عن التوافق فى مواجهة الضغط البيئى نظرا للنمو الضعيف أو المختل للشخصية ، والأشخاص الذين يعانون من اضطراب سمة الشخصية يشبهون العصابيين ، إلا انهم أخف حالا فى التعبير عن القلق والمخاوف المرضية .

ويختلف الأشخاص الذين يعانون من اضطراب سمة الشخصية عن الأشخاص الذين يعانون من نمط الشخصية فى الآتى :

اضطرابات سمة الشخصية	اضطرابات نمط الشخصية
١-مظاهر مرضهم : تبدو اكثر اعتمادا على حالة الضغط سواء كان ضغطا بيئيا خارجيا أو نفسيا داخليا . ٢- أقل عرضة للانزلاق إلى الاستجابة الذهانية	١- مظاهر مرضهم : عميقة الجذور وترجع إلى عوامل تكوينية . ٢- أكثر عرضة للانزلاق إلى الذهان.

وتنقسم اضطرابات سمة الشخصية إلى :

أ - الشخصية غير المتزنة انفعاليا :

يوضع فى هذه الفئة الأشخاص الذين يندمجون فى حالات انفعالية شديدة عندما يتعرضون لمواقف ضاغطة خفيفة والاصطلاح الشائع الذى يصف هذه الحالة " نوبة هستيرية" فهم يحبون الجدل ولهم طبع مشاكس ، ويطير صوابهم

فى الحوادث والكوارث ، وبالتالى يسببون حالة الذعر ، كما يصبحون فى حالة هياج لا ضابط لها عندما يواجهون مشكلة شخصية أو مأساة أسرية ، وتتسم علاقتهم مع الآخرين بالتقلب والهوائية وتتسم مشاعرهم بالعنف وانعدام الضبط وكل هؤلاء الأفراد يسمون فيما مضى (بالسيكوباتيين غير المتزنين انفعاليا) .

ب- الشخصية العدوانية السلبية :

هناك ثلاثة أنواع من اضطرابات سمة الشخصية نظرا للتشابه فيما بينهم وهى:

١- النمط السلبى المعتمد :

ويتسم هؤلاء الأفراد فى طفولتهم بالسلبية والاعتماد بصورة طفلية وعندما يكبرون يسلكون كما يسلك الأطفال المعتمدون على آباء يدعمونهم ، وسماتهم الأساسية هى العجز وعدم القدرة على حسم الأمور والميل إلى التعلق بالآخرين ، وعندما يطلب منهم المبادأة وتحمل المسئولية يصابون بالقلق والذعر ، فهم فى حالة ماسة إلى السند الانفعالى فى كل المواقف ، ويميل هؤلاء الأشخاص إلى إقامة علاقات انسانية ذات جانب واحد لاتشبعهم ولا تشبع الآخرين ، وعندما يقدم لهم أية خدمات فى عيادة أو فى مكاتب رعاية الأسرة فإنهم يبذلون جهدا شديدا للمحافظة على هذه العلاقة .

٢- النمط السلبى العدوانى :

بينما يتشابه هؤلاء الأشخاص فى سلبيتهم مع النمط السلبى المعتمد ، فإنهم بالإضافة إلى ذلك يظهرون عدواناً خفياً وغير مباشر فى علاقتهم بالناس ، وتظهر كراهيتهم فى التجهم والعبوس والعناد ، وهم قادرون دائما على إعاقة

نشاط الأشخاص المرتبطين بهم ، وذلك بالمقاومة السلبية بالمناورات المعرقلة الخبيثة ، ويرى الأطباء النفسيون أن هذا الاضطراب شائع فى حضارتنا .

٣- النمط العدوانى :

يتشابه سلوك هؤلاء الأفراد مع سلوك الأشخاص اللاجتماعيين وغير المتزنين انفعاليا ، حيث يستجيبون بنوبات مع سهولة الاستثارة والتدمير حتى لمجرد الاحباطات البسيطة ، وسلوكهم دائما عبارة عن تعبير عن الاعتماد اللاشعورى الكامن ويأخذ الافصاح عن عدوانهم شكل : نشر الاشاعات والقيل والقال ، والامتلاء بالحقد والضغينة ، والأشخاص الذين يظهرون هذه الاستجابة لم يتعلموا التصرف فى عدوانهم بطريقة مرنة من الضبط والتنفيس كما يفعل الأشخاص الناضجون.

جـ - الشخصية القهرية :

هؤلاء الأشخاص الذين يتسمون بالجمود والدقة الشديدة والتنظيم المفرط ، ويعانون من ضمير قاس فى تمسكهم بالمعايير الاجتماعية والخلقية ، وهم يبذلون جهدا شاقا فى عملهم وكثير منهم يقدم اسهامات بناءة لبيئته ، وكثيرا ما تسبب رغبتهم فى الدقة والكمال ضيقا لمن حولهم ، وغالبا ما يخلقون مشكلات فى علاقاتهم الشخصية طالما انهم يميلون إلى فرض معاييرهم على الآخرين ، ونظرا لأنهم لا يستطيعون الراحة ، فإن الاتجاه نحو راحة الآخرين الذين حولهم يسبب لهم الضيق والكدر.

ويتشابه هؤلاء الأشخاص فى سلوكهم القهرى مع العصابيين القهريين ، وفى بعض الأحيان ينزلقون إلى هذا العصاب ، ولا تلجأ الشخصيات القهرية إلى ازاحة الوجدان إلى أفكار وسواسية أو افعال قهرية كما يفعل العصابيون.

٣- الاضطرابات السيكوباتية للشخصية :

السمات الأولية لهذه الفئة من اضطرابات الشخصية هى السلوك المتمرد ضد مطالب المجتمع - أوعلى الأقل لا يلتزم الفرد بهذه المطالب - والعلامة المميزة لسلوك الفرد هى أنه لا يتلاءم مع معايير المجتمع ، وقد يأخذ هذا السلوك شكل الإجرام أو الانحراف الجنسى وإدمان الكحول أو إدمان المخدرات .

وتصنف الشخصية السيكوباتية إلى أربعة فئات :

أ - الاستجابة اللاجتماعية :

أعراض الاستجابة اللاجتماعية هى : عدم النضج الانفعالى ،وضعف الشعور بالمسئولية ،وعجز الفرد عن تقدير نتائج سلوكه ، والفرد اللاجتماعى دائما على طرفى نقيض من المجتمع ،ويبدو أنه فى اضطراب دائم ، كما أنه يبدو عاجزا عن المحافظة على الولاء المخلص لأى فرد أو جماعة واعراضها الأساسية الاندفاع المتمركز حول الذات وعدم تحمل المسئولية ، العجز عن الاستفادة من الأخطاء والخبرات العادية ، والعجز عن إرجاء اللذة الحالية من أجل مكاسب آجلة ، ونرى السيكوباتى دائما مسير برغباته الباحثة عن اللذة ، **مثال :** سرقة سيارة تكون الرغبة الوحيدة هنا هى استخدام هذه السيارة لوقت قصير كما أنه يستطيع أن يخدع الآخرين ليدخل أماكن خاصة وليحصل على مكاسب مالية ، علاقاته مع الغير من جانب واحد فهو لا يستطيع أن يكون صديقا مخلصا ، واهماله السلطة والنظام ، تعتبر مشكلة التوافق الأساسية عند السيكوباتى هى عجزه عن التقبل البناء للسلطة التى تتوالى عليه طوال حياته، فهو يرفض سلطة الأب والمدرس والرئيس فى العمل ورجل الشرطة ، ورجل الدين ، كما يتميز بالكذب والتبرير دون جهد وإسقاط الذنب .

ب- الاستجابة الضد اجتماعية (اللاأخلاقية)
يتسم الأشخاص الذين يوضعون ضمن هذه الفئة بإهمال المعايير الاجتماعية ، وغالبا ما يصبحون فى صراع مع القيم السائدة المقبولة كنتيجة طبيعية للمعيشة فى بيئة أخلاقية شاذة ، وهم يصبحون قطاع طرق وبلطجية ومتشردين ومحترفى دعارة ، وهم خارجين عن القانون بالنسبة للمجتمع المنظم ، ولكنهم شديدى الولاء لجماعتهم ، فسلوكهم المضاد للمجتمع جاء نتيجة دورس تعلموها جيداً وليس نتيجة عجز فى بناء الشخصية ، فهم مدفوعون لارتكاب جرائمهم بغية الكسب أكثر من اندفاعهم نتيجة كراهية لاشعورية عميقة ضد صورة السلطة .

ج - الانحرافات الجنسية :
يظهر السلوك المنحرف جنسيا فى أية صورة من صور الاشباع بطريقة غير طريقة الجماع الجنسى الغيرى (مع الجنس الآخر)، حيث تصبح الصورة الشاذة هى الصورة المضلة أو الوحيدة للنشاط الجنسى .

ومن أمثلة الانحرافات الجنسية :
١- الجنسية المثلية :
وهى الفعل الجنسى مع شريك من نفس الجنس (عقدة أوديب السالبة) ، ويأخذ التعبير الصريح عن الجنسية المثلية صورة تبادل العادة السرية أو اللواط .
٢- السادية والمازوشية :
وهى انحرافات جنسية يرتبط فيها الاشباع الجنسى بتوقيع الألم أو بمعاناة الألم على التوالى ويتضمن السلوك السادى أو المازوشى تجنيس (نسبة إلى جنس) دفعات الكراهية ضد الآخرين أو ضد الذات ، وقد يكون الألم جسميا

كالضرب أو الصفع أو القرص أو العض وقد يكون سيكولوجيا كالتحقير أو التهكم والسلوك الذى يهدف إلى اذلال الشريك الجنسي وقد يكون الاغتصاب والتشويه والأنواع الأخرى من الجرائم تعبيرات عن هذه الانحرافات ويرتبط ذلك بالمواقف الطفلية المبكرة التى يرتبط فيها التهيج الجنسى بتوقيع الألم ، والاتجاه نحو الجنس الآخر باعتباره شيئا قذرا ، الأمر الذى يدفع الفرد نحو عقاب نفسه أو عقاب شريكه فى الجنس ، قلق الخصاء ، توقيع الألم أو بحرمان الآخرين من لذة توقيع الألم وذلك بايذاء نفسه ، مثال : حالات الاغتصاب والتشويه ، والتعذيب .

د – إدمان الكحول والمخدرات :

قد يحدث إدمان الكحول أو المخدرات كعرض لاضطراب عقلي كامن أو قد يحدث دون وجود ذهان أو عصاب بوصفه اضطرابا فى الشخصية سيكوباتية، ودائما ما نستدل على وجود بعض المشكلات الشخصية إذا ما كان الفرد يفرط في شرب الكحول أو يدمن المخدرات المنومة ، وإدمان الكحول مظهر سطحي لاضطراب أساسي في الشخصية وفي بعض الحالات يكون نوعا من الهروب عندما يكون الفرد عاجزا في مواجهة ضغوط الواقع .

والشرب عند هؤلاء الأشخاص فعل قهرى ، ولا يستطيعون السيطرة عليه إلا إذا حلت المشكلة الأساسية .

إدمان المخدرات : دائما عرض لاضطراب أساسى فى الشخصية ، وعندما يحدث إدمان المخدرات دون أن يوجد ذهان أو عصاب فإنه يعتبر اضطرابا فى شخصية سيكوباتية كما هو فى الحال فى ادمان الحكول ، فإدمان المخدرات يعكس اضطرابا في بناء الشخصية يؤدى إلى استعمال المخدرات ، مثل استجابة كلية للتهرب من الضغوط والمسئوليات ، حب الاستطلاع والرغبة فى النشوة كما يحدث فى بعض الجماعات .

الفصل الرابع
الدوافع النفسـيـة

١- تعريف الدافع

٢- معنى الدافع النفسى

٣- أهمية دراسة دوافع السلوك

٤- تصنيف الدوافع

أ - الدوافع الأولية والثانوية

ب- الدوافع الفردية والاجتماعية

جـ- الدوافع الشعورية واللاشعورية

الـدوافـع النفسـيـة

❁❁❁❁❁❁❁❁

١- تعريـف الدافـــع

الدافـــع : Motive

قوة أو عامل أو استعداد أو حالة داخلية ، دائمة أو مؤقتة تثير السلوك الظاهر أو الباطن فى ظـروف معينـة - وتواصلـه حتـى ينتهـى إلـى غايـة أو غايـات معينة وبعبارة أخرى فالدافع قوة محركة وموجهة للسلوك فى آن واحد .

فالطفل أخذ يفتش عن لعبه بدافع التماسا للسرور من اللعب ، والتلميذ أخذ يستذكر دروسه بدافع الرغبة في النجاح أو التفوق ، أو بدافـع الظفـر بمركـز اجتماعى لائق أو بهذه الدوافع جميعها ، والكلب يضرب الأرض بدافع الجوع التماسا للطعام .

٢- معنى الدافع النفسى :

الدافـع قـوة نفسية فسيولوجية تنبـع مـن النفس وتحركهـا مثيرات داخليـة أو خارجية فتؤدى إلى وجود رغبة ملحة فى القيام بنشاط معين والاستمرار فيـه حتى تتحقق هذه الرغبة ، ويتم اشباع هذه الدافـع بمـا يخفـف مـن حـدة التوتـر النفسى .

ويمكن القول : بأن الدافـع هـو العـامل الأساسـى المسيطر علـى السـلوك ، فالحاجة الناشئة من داخل الكائن الحى تدفعه إلى النشاط ، ووجود هذه الحاجـة يسبب توترا نفسيا ينشأ عنه أن يظـل الفـرد فـى حالـة نشـاط حتـى تشـبع هـذه الحاجة فتزول حالة التوتر النفسى التى سببتها ، فالدافع النفسـى يصحبـه حالـة تيقظ معينة فى الناحية الانفعالية للكائن الحى

وخلاصة القول : أن الدوافع هى الطاقات الكامنة فى الكائن الحى والتى تدفعه ليسلك سلوكا معينا فى العالم الخارجى ، وهذه الطاقات هى التى ترسم للكائن الحى أهدافه وغاياته ، وتساعده فى تحقيق أحسن تكيف مع بيئته الخارجية .

٣- أهمية دراسة دوافع السلوك :

تتوقف حياة الإنسان والحيوان على إشباع كثير من حاجاته الأساسية ، فهو يشعر بالجوع ويحتاج إلى تناول الطعام ، ويشعر بالعطش ويحتاج إلى شرب الماء ، ويشعر بالتعب ويحتاج إلى الراحة ، وهو يشعر أحيانا بالبرودة الشديدة ويحتاج إلى الدفء .... وإذا عجز الإنسان والحيوان عن إشباع هذه الدوافع الأساسية لم يستطيع كل منهما الحياة والبقاء ، وبالإضافة إلى هذه الدوافع الأساسية التى يتوقف على إشباعها بقاء الانسان والحيوان . فاللانسان كثير من الدوافع الأخرى الاجتماعية التى تدفعه إلى القيام بكثير من أنواع النشاط المختلفة ، ونستطيع أن نتبين أهمية هذه الدوافع فى حياة الإنسان ، إذا ألقيت نظرة على مجموعة من الناس فى طريق عام ، فإنك تلاحظ أن كل شخص منهم يقوم بنشاط يرمى إلى تحقيق هدف خاص .

وترجع أهمية دراسة دوافع السلوك إلى :

١- دراسة دوافع السلوك مهمة فى زيادة فهم الانسان لنفسه ، ولغيره من الناس ، ولاشك فى أن معرفتنا بأنفسنا تزداد كثيرا إذا عرفنا بالدوافع المختلفة التى تحركنا وتدفعنا إلى القيام بما نقوم به من أعمال مختلفة ، وتصرفات متعددة فى الظروف والمواقف المختلفة كما أن معرفتنا بالدوافع التى تدفع الآخرين إلى القيام بما يقومون به من تصرفات تجعلنا

أقدر على فهم معنى تصرفاتهم وتفسيرها مثال: تدهش الأم من مشاكسة طفلها وعناده ، ولكنها إذا عرفت أنه يشعر برغبة شديدة فى العطف والحنان والحب ، وأنه يقوم بهذه التصرفات لجذب انتباهها إليه ، فإن هذه المعرفة ستساعدها على فهم سلوك طفلها .

٢- تفيدنا دراسة دوافع السلوك فى أنها تساعدنا على التنبؤ بالسلوك الانسانى، فإذا عرفنا دوافع شخص ما ، فإننا نستطيع أن نتنبأ بالسلوك الذى سيصدر عنه فى ظروف معينة ونستطيع أن نستخدم معرفتنا بدوافع الشخص فى توجيه سلوكه إلى وجهات معينة ، بأن نهيئ بعض المواقف الخاصة من شأنها أن تثير فيه دوافع تدفعه إلى القيام بالأعمال التى نريد منه القيام بها.

٣- ولدراسة دوافع السلوك أهمية خاصة فى بعض الميادين :

أ - التربية والتعليم : فمن المعلوم أن النجاح فى المدارس لا يتوقف فقط على القدرة ، وانما يتوقف أيضا على الدافع ، والرغبة ، والميل ، فقد يكون التلميذ ذكياً ولكنه لا ينجح بتفوق لعدم توافر الدافع الكافى للاستذكار ، وقد ينجح طالب آخر بتفوق لاهتمامه الشديد باستذكار دروسه بانتظام مع قلة ذكائه نسبياً عن غيره من الطلبة ، وإذا كان رسوب الطالب فى الامتحان راجعاً إلى ضعف رغبته فى استذكار دروسه ... فإننا نستطيع أن نجعله ينجح بتفوق إذا هيأنا له الظروف الخاصة التى تثير فى نفسه رغبة الاستذكار.

ب- فى الميدان الصناعى : نعلم أن دوافع العمال واتجاهاتهم وميولهم نحو العمل الذى يقومون به من أهم العوامل التى تسبب نجاحهم أو فشلهم ، فإذا ضعف الدافع قل انتاج العامل ، وكثر تغيبه عن العمل

وعلى العكس ... إذا كان الدافع إلى العمل قويا ، وكانت رغبة العامل فى كسب المال شديدة ، استطاع العامل أن يزيد من كمية انتاجه فى سبيل الحصول على أجر إضافى

ج- **فى ميدان التوجيه والعلاج النفسى :** فمن المعلوم أن الاضطرابات النفسية تنشأ عن الصراع بين الدوافع ، أو عن كبت بعض الدوافع القوية ، ومن الضرورى فى ميدان التوجيه والعلاج النفسى أن يعرف الأخصائى النفسى حقيقة دوافع المريض وما يعانيه من حرمان أو كبت وما يوجد بينهما من صراع .

د- **فى القانون :** نجد أن إذا حدثت جريمة ما فإن أول ما يحاول المحققون معرفته هو الدافع إلى ارتكاب الجريمة ، وهل ارتكب المجرم جريمته عن سبق اصرار ، أو عن خطأ عمدى وعن غير قصد ، فمعرفة حقيقة الدافع مهمة فى التكييف القانونى للجريمة .

وفضلاً عن ذلك فإن علماء النفس وعلماء الاجرام يهتمون ايضا بدراسة العوامل المختلفة التى تدفع بعض الأشخاص إلى الانحراف وإلى ارتكاب الجرائم .

٤- تصنيف الدوافع :

ويقسم علماء النفس الدوافع النفسية إلى :

أ - الدوافع الأولية تمييزاً لها عن الدوافع الثانوية .

ب- الدوافع الفردية أو الشخصية تمييزاً لها عن الدوافع الاجتماعية .

جـ- الدوافع الشعورية تمييزاً لها عن الدوافع اللاشعورية .

أ – الدوافع الأولية والدوافع الثانوية :

الدوافع الأولية : هى الدوافع الأصلية التى يولد بها الفرد ، والتى لم يكتسبها من فعل البيئة ، والتى لم تأت عن طريق الخبرة أو التمرين ، وهذا النوع من الدوافع يعتمد على التكوين البيولوجى للكائن الحى ، فهى فى الغالب مرتبطة بإشباع رغبات وحاجات فسيولوجية ، ولها أهمية فى العمل على حفظ الحياة وبقاء النوع ، ومن أمثلتها الدافع إلى البحث عن الطعام ، والدافع إلى التخلص من المواد الضارة بالجسم كالعرق والبول ، وكذلك الدافع الجنسى ، وترتبط هذه الدوافع المختلفة بالتكوين العضوى ، وأجهزة الجسم المختلفة ولذا تعتبر دوافع أولية ، وهى أكثر أنواع الدوافع أهمية وأكثرها ثبوتا فى كل من الانسان والحيوان ، ومن الواضح أن بعض هذه الدوافع الأولية هى نفسها ما كان "مكدوجل" يسميها بالغرائز.

أما الدوافع الثانوية : فهى الدوافع التى تكتسب من البيئة وإن كان تبنى على أسس غريزية ، وهى أيضا تتأثر بنسبة كبيرة من المؤثرات والقوى المحيطة بالفرد من بيئته ،و هى أكثر قابلية للتغير والتعديل ، وأكثر مرونة إذا قورنت بالدوافع الأولية ،كما أن الدوافع الثانوية تختلف من فرد إلى آخر ، وتختلف فى طريقة تعبيرها عن نفسها باختلاف الافراد ، ومن أمثلة الدوافع الثانوية الدافع الدينى ، والدافع المادى ، وسلوك الشخص بناء على انتمائه لجماعة معينة .

ب– الدوافع الفردية والدوافع الاجتماعية :

المقصود بالدوافع الفردية : محركات السلوك التى لابد منها لضمان حياة الفرد ، من غير النظر إلى غيره من الافراد ، ويمكن أن نعتبر جميع الدوافع البيلوجية من هذا النوع الفردى ، غير أن الدافع الجنسى وهو من أهم الدوافع

البيولوجية لا يعتبر مــن الدوافــع الفرديــة ، لأنــه لا يتحقــق إلا بوجــود الجنــس الاخر ولذا يعتبر من الدوافع الاجتماعية .

والدوافع الاجتماعية : هــى اكثر الدوافــع التــى تكتسـب بـالتعلم أثنـاء التنشـئة الاجتماعية للفرد ، وتحت تـأثير العوامـل الحضاريـة التـى يعيش فيهـا ، هـذه الدوافع تتأثر عند وجود الشخص مع مجموعة من الافراد .

فمن أمثلـة ذلـك : الدافـع إلـى حـب التجمـع والدافـع إلـى حـب التملـك، ودافـع المشـاركة الوجدانيـة ، ودافـع الصداقـة ، ودافـع الغـيرة ، ودافـع المنافســة ، والعواطف الاجتماعية .

جـ - الدوافع الشعورية والدوافع اللاشعورية :

الدوافع الشعورية : هى تلك الدوافع التى تدخل فى وعى الشـخص ، وتكـون تحت سيطرته وإرادته فيكون قادراً على التحكم فيها وعلـى توجيههـا وعلـى تعديلها أو ايقافهـا أو تـأجيل التعبير عنهـا .... فهــى دوافــع تحــت سـيطرة الشخص لأنها خاضعة لعقله الواعى أو عقله الشعورى مثل الاقدام على تناول الطعام أو اختيار التعليم أو المهنة أو الزوجة التى تناسبه ، أو تصـرف يكـون مبنيا على تخطيط وتفكير وارادة .

الدوافع اللاشعورية : هى تلك الدوافع التى توجد وراء التصرفات التى يأتيهـا الشخص عن غير قصد أو وعى والتى يجد نفسه قائما بها من غـير أن يشـعر ففى كثير من الحالات يتصرف الشـخص تصرفـات لا يدرك لهـا سـببا ولا يعرف لهـا اثـرا وتكـون فـى الحقيقـة صـادرة مـن أعمـاق نفسـه ومــن فعـل اللاشعور أو العقل الباطن .

مثال : التعدى غير المقصود أو الحب أو الكراهية لشخص ما من غير سـبب واضح والسرحان ، وأحلام اليقظة .

الفصل الخامس

الحاجات النفسية (الانفعالية) للطفل

- تعريف الحاجة
- تعريف الحاجات النفسية
- أنواع الحاجات النفسية للطفل :

١- الحاجة إلى الحب والعطف

٢- الحاجة إلى الانتماء

٣- الحاجة إلى النجاح والتقدير الاجتماعي

٤- الحاجة إلى تأكيد الذات

٥- الحاجة إلى الحرية والسلطة الضابطة

٦- الحاجة إلى الأمن والطمأنينة

٧- الحاجة إلى اللعب

الحاجات النفسية (الانفعالية) للطفل

❀❀❀❀❀❀❀❀

إشباع الحاجات لدى الانسان شرط أساسى من شروط التكيف الذى يحقق للإنسان الإستقرار والإتزان النفسى .

تعريف الحاجة :

الحاجة : ويقصد بها الشعور بالاحتياج أو العوز الى شيئ ما ، بحيث يدفع هذا الشعور الكائن الحى إلى الحصول على ما يفتقد إليه .

والحاجة شيء ضرورى إما لإستقرار الحياة نفسها (حاجه فسيولوجية) كالحاجة الى الهواء والماء والطعام ، ودرجة الحرارة المناسبة ، والراحة والنوم ... الخ أو للحياة بأسلوب أفضل (حاجه نفسية) .

تعريف الحاجات النفسية :

الحاجات النفسية : ويقصد بها رغبة طبيعية يهدف الكائن الحى إلى تحقيقها بما يؤدى إلى التوازن النفسى والإنتظام فى الحياة .

ويمكن أن ندرك طبيعة الحاجات النفسية ، ومدى أهميتها للطفل عندما توجد صعوبات أو ظروف تحول دون إشباع هذه الحاجات له ، بحيث تظهر على الطفل علامات التوتر والإضطراب والقلق وعدم الشعور بالسعادة .

أنواع الحاجات النفسية للطفل : ومن أهمها

١- الحاجة إلى الحب والعطف :

تؤكد الدراسات أن الحب يلعب دوراً كبيراً فى نشأة الشخصية Personality وفى تشكيل مفهوم الذات Self-concept ، بحيث أن إحباط الحاجة إلى الحب يؤدى الى تدهور الحالة النفسية والجسمية للفرد .

والحب يقصد به : قبول الطفل رضا المحيطين به وتجاوبهم معه ، والإعتزاز بكينونته وشخصيته ، والنظر إليه بنوع من السماحة التى تغفر لـه أخطـاءه ، وتزكى حسناته ، بحيث يشعر الطفل بأنـه محبوب ومرغوب فيـه ، وأن لـه ظهراً يحميه ويسانده ويؤازره .

والحب من الحاجات النفسية الهامة ، والتى يكون لها تأثيرها على حياة الشخص المستقبلية إذا ما أشبعت فى مرحلة الطفولة المبكرة ، ويشترك فيها الطفل مع البالغ ، والتى يسعى كل منهما إلى إشباعها ، حاجة الشخص إلى أن يحب TO LOVE ، وإلى أن يكون محبوباً TO BE LOVE ، فالطفل فى حاجة إلى الشعور بأنه " محب – محبوب " ، وأن هذا الحب متبادل بينه وبين والديه وأشقائه وشقيقاته وأقاربه وجيرانه وزملائه فى المدرسة .... إلخ ، وهذا الحب المتبادل ضرورى لصحته النفسية ، لأنه يريد أن يشعر بأنه مرغوب فيه ، وبالتالى ينتمى إلى جماعة أو بيئة تحبه وتمنحه العطف والحنان .

وتتكون الحاجة الى الحب والعطف من عنصرين يصعب الفصل بينهما :

العنصر الأول : هو الرغبة فى تلقى الود والحب من الأخرين ، والتى تعنى الحاجة الى الإلتصاق المادى مع الشخص " موضوع الحب " (أباً أو أماً) التصاقاً يتخذ صورة الاحتضان والتقبيل .

العنصر الثانى : هو الرغبة فى الحصول على المساعدة ، والحماية والمعونة، والتأييد من الشخص الذى يحبه الطفل ، أو من الجماعة التى يحبها .

والحب حاجة أساسية يتطلبها الانسان فى كل مراحل عمره ، إلا أن إشباعها فى مرحلة الطفولة يعد أمراً حيوياً وضرورياً ، لأن إشباعها يسهم فى تشكيل شخصية الانسان ، ويسهم فى نموها السليم ، حيث يترتب على إشباعها مدى إحساس الفرد بالأمن والطمأنينه ، وثقة الطفل بنفسه .

كما أن الطفل نفسه يمارس حبه للغير فيما يظهره من علامات الإرتياح والرضا عند رؤية أمه أو والده أو أخوته أو اقاربه والمحيطين به .

والأم هى أول إنسان يتعرف عليه الطفل ، فهى التى ترضعه وتغير ملابسه ، أى أنها هى التى تشبع له الحاجة إلى الطعام والحاجة إلى تجنب الألم الناتج عن البلل ، وبالتدريج يصبح وجه الأم مقترنا بإشباع هذه الحاجة الأوليه الهامة التى لابد من إشباعها للطفل ، حتى أن الطفل يرغب بعد ذلك فى وجود أمة لذاته .. ومما يلاحظ أن الطفل الذى يبكى فى غياب الأم يمتنع عن البكاء بمجرد أن تحضر الأم وتحمله ، وكذلك يتعلم الطفل ان يفرق بين وجه الأم وبين وجه غيرها من السيدات لإقتران وجه الأم بالإشباع .

وللأسف الشديد نجد أن كثير من الأسر لا توفر لأطفالها الحب والحنان ، وأن الكثير من الأطفال يقعون فريسة لجهل الوالدين ، وعدم معرفتهم بهذه الحقيقة الهامة ، فعلاقة الطفل بأمه خلال السنوات الأولى عامل أساسى لصحته النفسية ، والحرمان من حنان الأم وحبها من أشد العوامل خطرا على الحياة بالنسبة للطفل يؤدى به إلى سوء التوافق ويظهر ذلك فى حالات السرقة والهروب والخوف ، واضطراب النوم ، وفقدان شهية الطفل للطعام وضعف ثقته بنفسه والمشاكسة والعدوان .... يكون سببها الأساسى جفاف وفتور المعاملة الوالدية ، وإفتقار الأبناء عاطفة الحب والحنان .

ولكن هذا لا يعنى أن نقضى للطفل كل حاجة من حاجاته ، دون أن يقوم هو ببذل الجهد للحصول على الإشباع ، فالحب الكثير شأنه فى ذلك شأن الحرمان من الحب : كلاهما ضار كالطعام الحرمان منه ضار ، والإكثار منه ضار

ونتساءل هل يكون الحب مدمراً للصحة النفسية للطفل ؟

وللاجابة على هذا السؤال : نعم يكون الحب مدمراً فى حالات ثلاثة :

الحالة الأولى : إذا كان حباً غير مثمر أو أنانياً :

نجد أن كثيراً من الأباء والأمهات ينظرون إلى إشباع حاجة الطفل إلى الحب والحنان من منظار أناني ، فهم مثلا يخافون عليه من الأذى أو الضرر ، لذلك يشملونه بعناية مسرفة ، فيداومون فى جزع ، ويحصون عليه خطواته لدرجة أنهم يمنعونه عن القيام بأى نشاط مستقل خشية أن يتعرض لأى ضرر أو أذى ، وهم بهذه التصرفات ينقلون هلعهم وخوفهم المغالى فيه إلى طفلهم فيبتعد بالتالى عن الشعور بالطمأنينه ، ويبدأ فى النظر الى العالم من حوله ، وكأنه مستودع أخطار ، والطفل إذا ملأ الخوف نفسه فإنه يقيد تطلعاته ، فيعجز بالتالى عن إكتساب الخبرة التى نراها ضرورية لمواجهته الحياة بنجاح.

الحالة الثانية : إذا كان حباً مدللاً :

الإغراق فى حب طفل بعينه يُحول الحب إلى نوع من التدليل ، بحيث يستجيب الكبار لرغبات الطفل المُلحة وغير المُلحة ، وفى هذا إفساد للطفل ، فالحياة لها ظروفها ووقائعها ، فهى تمنح أحيانا وتضن أحيانا أخرى ، وكثير من الأمور لا يتحقق إلا إذا بذل الشخص فيها جهداً وعناءً ومثابرةً ، ولذلك فإن الحياة ليست طيعة ، فالتدليل الذى يحدث باسم الحب ، يخلق صورة كاذبة عن حقيقة الحياة ، ولذلك بقدر ما يستجيب الأبوان بكلمة " نعم" فهناك مواقف تقتضى قول " لا " حتى يشب موضوعياً وواقعياً.

ومن نماذج الحماية والتدليل غير السوية :

تدليل الطفل الوحيد :

حيث يكون مركز الاهتمام وبؤرة التدليل والرعاية ، وينال رعاية كبيرة ومُركزة ، تنحصر فيه آمال الأبوين ، ويتوقعان منه إنجازات رائعة ، لأنه كل الأبناء ، وبالتالى يقع الوالدان فى خطأ الرعاية والحماية المفرطة له ،

ويدللانه تدليلاً مبالغاً فيه ، فأبواه يشعران أنهما لن ينجبا غيره ، فيخافان عليه من كل شئ وبالتالى يستجيبان لكل رغباته طائعين، لا يحاولان اطلاقاً رفض طلباته ، بل ويسرعان إلى تهدئة خاطره واسترضائه ، مما يؤثر تأثيراً سيئاً فى نمو شخصيته فيصير الطفل معتمدا عليهما فى كل صغيرة وكبيرة ، وبالتالى لا يستطيع أن يتحمل المسئوليات المناسبة لسنه ، ومما يزيد الأمر سوءا هو منع الطفل من اللعب مع رفاق سنه ، خوفاً عليه من تعرضه للحوادث والإصابات ، فيحاولان جاهدين استبقاءه فى المنزل ، حتى يكون فى مأمن من الأخطار ويجعل ذلك الطفل يعانى من صعوبات فى تفاعله وتوافقه الاجتماعى مع رفاق سنه .

ولذلك فليدرك الوالدين أنه يجب ان يعوض الطفل الوحيد عن إخوته بعدد مناسب من الأصدقاء والرفاق ممن هم فى سنه ، حتى ينمو اجتماعيا النمو المناسب من خلال تفاعله معهم .

تدليل الطفل الأول :

الطفل الأول يمثل دائماً البداية الجديدة لأية أسرة شابة ، فهو أول خبراتها فى مجال الأبوة والأمومة ، ومع نمو الطفل الأول ، فإنه يصبح محط أنظار والدية وبؤرة إهتمامهما ، وقد ينال الطفل الأول كثيراً من الحماية الزائدة والتدليل المفرط ، ويشعر الطفل الأول أنه مركز إهتمام الأسرة ، وقد يشعر حين يأتى الطفل الثانى – إذا لم يكن قد أعد لذلك إعداداً خاصاً – إن كارثة قد حلت به فتنمو لديه " عقدة قابيل ".

تدليل الطفل الأكبر :

الطفل الأكبر الموجود مع أخوته وأخواته الأصغر منه ، هو أيضاً الطفل الأول بالنسبة لوالديه ، وهو ينال من عنايتهما وحبهما ورعايتهما أكثر من أخوته ، إذ يلقى حماية زائدة واهتماماً بالغاً ، وهو أقرب الأطفال إلى والديه

من ناحية السن ، ويتوقع منه أن يكون رائداً لأخوته وأخواته الأصغر منه ، وهو يشعر بالزهو والفخر بينهم لأنه كبيرهم ، وقد يتسلط عليهم ، إذا وجد الضوء الأخضر من والديه .. كما يتمتع ببعض المزايا ، فلا يوجد من هو أكبر منه من الأخوة يمارس معه السلطة والتسلط، وعادة يشير الوالدان إليه كنموذج لأطفالهما ، أمام الأهل والأصدقاء ، وهنا يستلزم من الوالدين مراعاة شعور أخوته وأخواته الصغار وقد يفضله الوالدان بدرجة زائدة ويدللانه ، ويرفعان مركزه وقدره بإعتباره الطفل الأكبر ، ومن المفروض ألا يحصل الطفل أية مزايا لهذا السبب على حساب أخوته وأخواته .

تدليل الطفل الصغير :

الطفل الأصغر له مكانة خاصة في قلب والده أو والدته ، لأنه الأصغر والأضعف ، ومن مظاهر التدليل والحماية الزائدة هو تلبية رغباته بشكل مبالغ فيه على أنه " الصغير" فيحصل على إمتيازات ومميزات بهذه الحُجة ، وقد يخطئ الأطفال ، فينال الجميع عقاباً صارماً ، ولكن هذا العقاب لا يطبق بنفس الحزم مع الطفل الأصغر ، وحجة الوالدين في ذلك أنه لا يدرى ولايعى ، فقد قلد إخوته وأخواته الأكبر منه !!

وقد لا تُشترى ثياب جديدة للكبار في الأعياد ، ولكن يُشترى للطفل الأصغر لأنه " الأصغر والأضعف "!! والمطلوب من الوالدين التوازن التام في رعايتهما لأطفالهما ، الكبار منهم والصغار على حد سواء.

الحالة الثالثة : إذا كان حباً ينطوى على محاباة أو تفرقة :

المحاباة واسعة الانتشار ، وإن كان الآباء والأمهات ينكرونها بشدة لأنهم يُقدمون عليها دون أن يشعروا ، غير أن الآخرين – ومن بينهم الطفل بالطبع يرون مواقف المحاباة أو التفرقة بين الأبناء واضحة جلية .

To: www.al-mostafa.com

وتنشأ المحاباة لأسباب متعددة :

- إذا كانت الأم مثلاً قد ولدت عدداً من الإناث ثم ولدت طفلاً ذكراً بعد ذلك ، فالأرجح أن يلقى هذا الطفل معاملة خاصة .
- إذا ولد طفل بعد إنقضاء سنوات طويلة على ميلاد الطفل السابق ، وخاصة إذا كان الوالدان ينتظرون مجيئه بلهفة ، فمن المحتمل أن يُعامل الوليد الجديد معاملة تنطوى على قدر كبير من المحاباة .
- قد يحابى الأبوان طفلا تعرض لمرض معين ، أو طفلاً ولدٍ قبل إستكمال حمله .
- الطفل الجميل (أجمل الأطفال) ، أو ذكاؤه أكبر من سائر أخوته ، فقد يُعامل معاملة خاصة .

ومما لاشك فيه أن المحاباة تؤثر على الطفل المفضل تأثيراً سيئاً ، إذ يصبح طفلاً مدللاً ميالاً إلى الخروج على النظام ، وإصدار الأوامر إلى أخوته ، وبالتالى فإنه يكتسب كراهيتهم له . كما تؤثر المحاباة تأثيراً نفسياً ضاراً على الطفل غير المفضل ، فهو يشعر بأنه غير مرغوب، وبالتالى يميل إلى الحقد والكراهية تجاه إخوته أو أخواته الذين يُعاملون بنوع من المحاباة كما أنه يظهر ردود أفعال قوامها التوتر والقلق والإكتئاب ، كما يأتى بأساليب سلوكية مرضية كالتبول اللاإرادى ، وقد يتخذ موقف المعارضة من أبويه .

٢- الحاجة إلى الإنتماء :

من أقوى الحاجات النفسية الطبيعية شعور الطفل بإنتمائه إلى أسرة أو جماعة معينة وأن الإنتماء إلى جماعة الأسرة من الحاجات الأساسية للنمو النفسى والإجتماعى للطفل وخاصة فى السنوات الأولى من حياته .

فالأسرة هى أول جماعة ينتمى إليها الفرد ، فهى التى يقترن أسمها بأسمه ، وتظل تصاحبه طوال مراحل حياته حتى وإن استقل عنها فيما بعد ، ثم تتسع دائرة هذا الإنتماء ، فينتمى الفرد إلى جماعات أخرى عديدة كجماعة الرفاق والأصدقاء وجماعة المدرسة .

ومع استمرار نمو الطفل تتسع دائرته الاجتماعية التى يتحرك فيها ، حتى أنه بمرور الوقت يستطيع أن يتفهم ما يجرى فى عالم الكبار ، ويشرع فى تكوين صداقات جديدة ، ويمكنه أيضا أن يتفهم بعض المعانى الاجتماعية كالتعاون والتنافس ، فكلما تقدم به العمر يزداد هذا الشعور رسوخاً ، وبالتفاعل المتبادل مع أبويه يرى أنه ينتمى أيضا الى آباء آخرين كأعمامه وأخواله أو إلى أصدقاء الوالدين ، وقد تتاح للطفل الفرص للاحتكاك بالأطفال الأخرين من أقرباء وأصدقاء ، ونتيجة للعلاقات الدافئة الحانية بين الطفل وأمه ، فإنه يتقبل الكائنات الانسانية الأخرى تقبلا يتسم بالثقة ، ثم يتعلم كيف يكون ودوداً نحو الأخرين ، وأن يجد أناساً يحبهم ويحبونه .

وبمرور السنين يُدرك الطفل أن الإنتماء هو الشئ الذى يلقى تقديراً وأن المودة نحو الأخرين هى التى تجعلهم يرغبون فى صداقته ، ولذلك فهو يتوقع أن يكون جزءاً من الجماعة التى يشترك فيها حتى يشعر بالإنتماء لا النبذ والاغتراب .

ونجد أن هناك عدداً من الأباء والأمهات يبثون فى أطفالهم اتجاهات سلبية نحو نبذ الأخرين ، وعدم التودد مع الناس إلا فى حدود ضيقة جداً ، عملا بالمثل الشعبى الذى يقول " الاختصار عبادة " . وهنا يستلزم من هؤلاء الأباء والأمهات إعادة النظر فيما يتبنونه من إتجاهات ، حتى لا يمكننا تصور الحياة بدون أهل أو أصدقاء فالانسان كائن إجتماعى بطبيعته .. فكيف ننكر هذه الحقيقة .

وفى بعض الأحيان يقوم بعض الآباء فى الأسرة بأنماط من السلوك تدفع الأبناء إلى الشعور بأنهم غير مرغوب فيهم " مهملون - منبوذون " .. وكلما تكرر هذا السلوك وخاصة فى المرحلة الأولى من حياة الطفل أصبح ذا أثر سيىء فى تكوينه النفسى ، حيث يعتمد الطفل فى هذه الفترة من فترات النمو إعتماداً كليا على والديه . إذ يتطلب منهما العطف والحماية .

ومن أهم الأسباب التى تدعو الأطفال إلى الشعور بأنهم غير مرغوب فيهم :

أ - إهمال الأطفال وعدم السهر على راحتهم ، والإعتناء بهم فى المأكل والملبس .

ب- إنفصال الطفل عن والديه : فالطفل الصغير يكون حساساً جداً حين تكون أمه بعيدة عنه ولو لفترات قصيرة تشعره بالقلق الذى يظهر على شكل صراخ أو ثورات غضب ، ويترتب على ذلك أن حاجة الطفل إلى الإنتماء ينبغى إشباعها ، ويتوفر ذلك فى جو الأسرة بحيث لا نهمل الأطفال ، ولا نترك العناية بهم تتولاها المربيات وحدهن دون إشراف من جانب الأم ورعايتها ، وكذلك لا تترك الأم مأكلهم وملبسهم إلى غيرها طوال الوقت لأن إحساس الطفل بأن أمه تعتنى بمأكله وملبسه تشبع إليه حاجته إلى الأمن ، لأن الطفل يعتمد على والديه فى تلبية جميع إحتياجاته الجسمية والبيولوجية والنفسية ، وعندما يتعرض هذا الإنتماء للضعف بسبب إهمال الوالدين او نبذهما للطفل ، أو إهمالهما فى غذائه وملبسه ونظافته يعرض الطفل للأذى النفسى ويؤثر فى صحته النفسية ويميل إلى العدوانية أو الأنانية .

٣- الحاجة إلى النجاح والتقدير الإجتماعي :

يحتاج كل فرد إلى تحقيق الشعور بالنجاح ، والوصول إلى النجاح يولد في النفس شعوراً إيجابياً يدفعها إلى العمل وتحقيق المزيد من النجاح ... أي أن النجاح يولد النجاح .. أما الفشل فأنه يترك أثراً سيئاً في النفس خاصه إذا كان فشلا ذريعا يؤدى إلى الشعور باليأس ، وأول خطوة يخطوها الطفل تحقق له نجاحا عند تعلمه المشي يليها محاولات في تعلم النطق ، فيشعر الطفل بالنجاح وتحقيق الذات ، ويضاعف شعور الطفل بالنجاح عندما نشجعه ونظهر له سرورنا من محاولاته وتصرفاته ، ولكي يتحقق النجاح للطفل يجب على الأسرة أن لا تعرضه للفشل في محاولاته المتكررة بعدم تكليفه بأمور ومطالب فوق طاقته ، ولا تتفق مع إمكانياته .

كما يحتاج الطفل إلى أن يشعر بأن الوالدين يقدرونه ويتقبلونه ، وأنه له مكانته في الأسرة ، وترتبط حاجة الطفل إلى النجاح بميله إلى أن يحوز تقدير المحيطين به ورضاهم ، والحاجة إلى التقدير الإجتماعي هي التي تدفع الفرد إلى أن يكون موضع تقدير وإعتبار وإحترام من الأخرين ، وهي أساس طموح الفرد وغروره ورغبته في الشهرة ، وأنها أساس إحترام الذات Self - Respect ، ويجب أن نعمل على إشباع الحاجة إلى التقدير على أسس صحيحة .

وللأسرة دور مهم وحيوي في إكتساب الطفل ثقته بنفسه في حدود ما يتوفر لديه من قدرات خاصة ومميزات شخصية ، على أنه يجب ألا تبالغ الأسرة في تقدير قدرات أبنائها حتى لا تنقلب الثقة بالنفس إلى غرور يؤدي بالفرد إلى عدم إدراكه لقدراته الحقيقية ، أو إلى غرور يؤدى إلى التعالي أو الترفع عن الأخرين ، فيصبح مكروها من زملائه ، منبوذا من الناس .. هذا

وتساعد جرعات الثقة بالنفس المعقولة والمتوازنة التي يتلقاها الفرد خلال تنشئته في الأسرة إلى رفع مستوى طموحه ، وإلى الاجتهاد والمثابرة في دراستة ، فينعكس ذلك في عمله بعد تخرجه ونجاحه كشاب في مقتبل حياته . وهناك بعض الأباء والأمهات يقومون بتأنيب أبنائهم على كل خطأ يرتكبونه ، وابراز نواحي قصورهم أمام زملائهم ، فذلك يجعل الأبناء غير قادرين على التفوق ، فالطفل الذي يوصم دائماً بالفشل يتوارى ويخبو تدريجياً ، ولايستطيع أن يشارك في رأى أو يتحمل مسئولية ، ولذلك فلا بد من توجيه سليم يحفظ لكل طّفل إحترامه والاعتراف به .

٤- الحاجة إلى تأكيد الذات :

يحتاج الأبناء إلى أن يشعروا بإحترام ذواتهم ، وأنهم جديرون بالتقدير والاعزاز ، وهم يسعون دائما للحصول على المكانة المرموقة التي تعزز ذواتهم وتؤكد أهميتهم ، لذلك فهم في حاجة إلى عمل الأشياء التي تبرز ذواتهم ، وإلى استخدام قدراتهم وإمكاناتهم إستخداماً بناءاً ، فالطفل عند بلوغه لأربعة عشر شهراً يستطيع أن يقف مستنداً إلى الأثاث ، ثم بعد ذلك بشهر واحد تقريباً يستطيع المشي وحده ، ولذلك عندما تحدث هذه التطورات الحركية للطفل ، لا بد من أن ينال من والديه الثناء والتشجيع ، والطفل الذي ينال الاستحسان والتشجيع يبدأ في تكوين إتجاهات إيجابية نحو التعلم والانجاز ، وبالتالي تزداد ثقته بنفسه ، فيقدرها ويحترمها ، وهناك بعض الأطفال ينشأون في جو أسرى يقابل ما يفعلونه بالإهمال وعدم الإكتراث ، وبالتالي يتلاشى لديهم الدافع للإنجاز ، لأن هذا الدافع يُحبط نتيجة عدم المكافأه ... وبذلك يمكننا القول بأنه لاشئ يقضي على القدرة الابتكارية لدى الطفل سوى إهماله وعدم تشجيعه .

وإن الأطفال الذين يُربون تربية صحيحة بفضل العلاقات الصحيحة بينهم وبين والديهم ، فهم حينما يحتاجون التعزيز والتشجيع يجدونه ، فإن نموهم النفسى يسير في أتجاه السواء ، أما هؤلاء الأطفال الذين يواجهون دائماً مواقف الفشل والتثبيط واليأس ، فهم معرضون لفقدان الشعور بإحترام الذات وقيمتها ، وعدم الرضا على ما يبذلونه من جهود ، مما يؤثر بالسلب على صحتهم النفسية .

وتشجيع الأباء لأطفالهم فى التعبير عن ذواتهم والإفصاح عن شخصياتهم هام جدا فى إستثمار مواهب الأطفال وتنميتها ، أما إذا تدخل الأباء في إعاقة تعبير الطفل عن ذاته بتقييد حريته والإسراف فى تحذيره والإكثار من الأوامر والنواهى ، والتقليل من أهمية أراء الطفل وأفكاره والسخرية منها ، ومن العبارات التى تنتقص من مشاعرهم وتجعلهم يفقدون الاعتزاز بذاتيتهم مثل " أنت لا تعرف شيئاً ... لأنك ما زلت صغيراً .. " كل الذى تفعله خطأ " .. " يمكنك أن تنسحب " .. " أنت طفل غبى يعوزك الكثير " ، ويؤدى ذلك إلى فقد ثقة الطفل فى نفسه ، ويؤثر عليه فى الكبر ، وتجعله غير قادر على الوصول فى موقف المنافسة مع الأطفال الأخرين فى المواقف المتعددة فى مجال الدراسة ، أو مع زملاء العمل ، وتجعله متهاونا فى الحصول على حقوقه المشروعة ، ينقصه الإقدام وتحدى المواقف ، ويعتمد على الأخرين فى حل مشكلاته وقضاء إحتياجاته .

٥- الحاجة إلى الحرية والسلطة الضابطة (تقبل السلطة)

الطفل ليس كائنا سلبيا إلا إذا أجبرناه على السلبية ، والطفل يكون إيجابيا وفعالا كلما وجد المناخ المساعد على ذلك ، ومن ثم تكون حرية الفعل وحرية الخطأ أمرا مشروعا أثناء نمو الأطفال .

والمقصود بالحرية : ليس تركا للحبل على الغارب ، ولكن المقصود بها تهيئة الطفل للإعتماد على نفسه ، وإتاحة الفرصة أمامه للإختيار كل ذلك داخل إطار من الإنضباط لأن الطفل يحتاج بجانب الحرية إلى الضبط (السلطة الضابطة) وليس المقصود بها هنا التعسف وتقييد حرية الطفل في الحركة وفي الفعل وفي قبول أو رفض الكثير من الأمور ، وإنما تكون السلطة الضابطة الموجهة من الأب والأم إلى الطفل فيهدوء نحو الطفل إذا ما جنح نحو فعل خاطئ أو خطر مثال : قد لا يرغب الطفل في تناول غذاءاً معيناً ويفضل عليه نوعاً آخر متاحاً ، هنا يسمح له بتحقيق ذلك ، أما إذا رفض الطفل الطعام وإقتصاره على تناول الحلوى فقط ، فهنا يحث الطفل على تناول أنواعاً أخرى دون إجبار شارحين له أهمية أن يتناول البروتين الذي يسهم في بناء جسمه أو أنواع الخضراوات الطازجة .

وهنا يعتبر الثواب والعقاب من الحوافز الهامة لتشجيع الطفل على ممارسة حريته داخل إطار من الضبط على أن تكون الإثابة أو العقاب ذات طابع معنوي ، فالإثابة المادية بصفة مستمرة تولد في الطفل ظاهرة الإعتراف ، كما أن العقاب المادي (الضرب أو الحرمان من الغذاء مثلا) غير مرغوب فيه في كل الأحوال .

والطفل في نشأته الأولى في حاجة إلى أن يتدرب على الإنضباط والتحكم في سلوكه ، ليعرف ماله من حقوق وما عليه من واجبات .. حتى ينشأ على علم بأن له حقوقا تؤدى له ، فيجب أن يؤدى ما عليه من واجبات ، وإشباع هذه الحاجة للطفل يرتبط بإشباع الحاجة إلى إرضاء الكبار ، حيث يرتبط رضاء الكبار بخضوع الطفل للسلطة السائدة في الأسرة .

وبالقدر الذى تكون فيه علاقة الطفل بأبويه علاقة محبة وتعاطف بنفس هذا القدر يستجيب الطفل وينمو فى الإتجاه المرغوب ، وينبغى أن يتفق الوالدين معا على سياسة واحدة غير متناقضة إزاء معاملة أطفالهم ، فلا ينبغى أن تشجع الأم عملا قام به الطفل ، وفى الوقت نفسه ينهر الأب الطفل لأدائه هذا العمل فإتفاق الوالدين وتوحد معاملتهما من الأمور شديدة الأهمية فى بناء ظاهرة السواء فى أطفالهم .

٦- الحاجة إلى الأمن والطمأنينة

الأمن : بمعناه السيكولوجى هو شعور المرء بقيمته الشخصية واطمئنانه إلى وضعه ، وثقته بنفسه ، وهو شعور ينشأ لدى الطفل فى أعقاب حصوله على نسبة كافية من التقدير والتشجيع ، ولاسيما من جانب والديه أو مُعلميه .

والحاجة إلى الأمن : هى حاجة مُلحة يحتاج إليها الطفل من أمه وأبيه ومن كل الكبار حوله ، ويستمر هذا الدافع حتى مع الكبار البالغين ، لأن البالغ يخشى المستقبل ويريد أن يطمئن على مستقبله ، وقد نجده فى سبيل ذلك يدخر مالاً أو يعمل ليشغل منصباً يوفر الأمن والطمأنينة له ولأسرته من بعده، كما أن المرء يحتاج إلى أن يشعر بأنه بعيد عن الخطر ، سواء أكان خطراً مادياً يهدد حياته أو صحته ، أو خطراً معنوياً أو عاطفياً يهدد سعادته وإطمئنانه ، وعلى ذلك فالطفل فى حاجة إلى أن يشعر أن وراءه أباً أو أماً أو أخاً يحمونه ويدفعون عنه الخطر ، ويشعرونه بالحب والود ، ويوفرون له ما هو فى حاجة إليه من مأكل ومشرب وملبس .

والإحساس بالأمن يتأكد فى الطفولة من شعور الطفل بأن له مكاناً فى المجتمع الذى يولد فيه ، وله بيت يأويه ، وأسرة تحتضنه تسودها علاقات علاقات مستقرة ، كما يتولد الشعور بالأمن من إحساس الطفل بأنه حينما

يمرض يجد من يرعاه ، وحينما يجوع يجد من يوفر له الطعام ، وحينما يشعر بالبرودة يجد من يوفر له الكساء ، وحينما يواجه مشكلة أعلى من مستوى إدراكه يجد من يساعده فى حلها والتغلب عليها، ويعينه على إكتساب الخبرة .

والحاجة إلى الأمن والطمأنينة من أقوى الحاجات النفسية التى يحتاجها الطفل، ويعنى أن يشعر الطفل بأن من يحيطون به يتقبلونه ، ويحطونه بالحب والحنان والرعاية ، فالأم هى صاحبة الدور المهم والحاسم فى خلق إحساس الأمن فى نفس الطفل ، بإعتبارها المنوط بها رعاية الطفل ، وإشباع حاجاته فى العام الأول من طعام وشراب ونظافة وغيرها ...والأم هى رمز الإشباع عند الطفل ، وبالتالى فهى مصدر الأمن الأساسى بصفتها الأم التى تمنح الطفل الدفء والحب والحنان وتقوم بالرعاية والاهتمام والأمان ، فهو بلاشك يشعر بالأمن فى وجودها ، ويفتقدها بشدة إذا غابت عنه ، ولذلك يمثل رحيل الأم بالإنفصال أو بالوفاة خبرة صادمة ومؤثرة فى حياة الطفل الانفعالية والوجدانية .

وهناك عوامل تؤدى إلى فقدان الطفل بالإحساس بالأمن وتتمثل فى :

١- القلق :

وهو المسئول الأول عن تصدع الشخصية وتفككها وانقلاب السلوك عن المعايير السوية . وقد ينشأ القلق فى حياة الطفل نتيجة لعدم صفاء الجو الأسرى ، خاصة تلك المشاحنات التى تنشب بين الوالدين فى وجود أطفالهما، فيفقد الطفل إحساسه بالأمن الذى يستمده من والديه مصدر الحب ومبعث القيم السامية والمثل العليا ، وبالتالى تهتز القيم والمعايير فى نفسه إهتزازاً عنيفاً مما ينعكس على سلوكه .

وينشأ القلق عن جهل أو ضيق أفق الوالدين كأستخدام أساليب القسوة أو اللوم المتكرر أو المعايرة والتجاهل أو التوبيخ والتأنيب ، على حين تعاود هذه المكبوتات إلى الظهور ، من حين لآخر فى شكل دفاعات لا سوية فيلجأ الطفل لاشعوريا إلى التبرير والإنسحاب والأسقاط والعدوان ، أو إلى الإنطواء والإحساس بالدونية والشعور بالنقص فيقضى الطفل سنوات عمره فى قلق وتوتر وصراع مما يفقده مقومات الصحة النفسية فيقع صيداً سهلاً للأمراض النفسية ، وما يترتب عليها من تردد وانهيار وتفكك فى الشخصية .

٢- النبذ والإهمال :

هناك عدد من الآباء والأمهات ينبذون أطفالهم سواء بالقول أو بالفعل ، الأمر الذى يترتب عليه افتقادهم الإحساس بالأمن النفسى والطمأنينة ، فتنمو لديهم روح العدوانية والرغبة فى الإنتقام ، وزيادة حساسيتهم فى المواقف المختلفة ليصبحوا أنانيين ، وقد يؤدى هذا النبذ إلى إنحرافهم أو إلى الإستسلام فيصيروا جبناء لا يستطيعون التركيز الذهنى فيما يكلفون به من أعمال ، وقد يعامل الآباء والأمهات أطفالهم بنوع من الإهمال ، وعدم الإكتراث الأمر الذى يؤدى إلى تعرضهم للأخطار ، فالطفل الذى يتناول مادة سامة لأن أسرته فى غفلة عنه ، والطفل يميل بحكم نموه إلى حب الإستطلاع ، ولذلك فهو يحاول أن يجرب كل شئ يقابله فى طريقه ، وهذا التجريب لو تم بدون رقابة والديه ، فإن عواقبه تكون سيئة ووخيمة .

٣- النقد والسخرية :

من الأشياء التى تفقد الطفل إحساسه بالأمن النفسى والطمأنينة ، الإفراط فى النقد أو البحث عن الأخطاء وتضخيمها ، الأمر الذى يجعل الطفل يفقد الثقة بنفسه ، ويزيد الأمر صعوبة إذا كان هناك أقارب يعيشون فى نفس المنزل ،

كالجد أو الجدة فيشاركون فى توبيخ الطفل ، وللسخرية أيضا أثرها البالغ فى فقدان الطفل إحساسه بالأمن والإطمئنان ، وعلى ذلك فلا يجوز أن نسخر من أخطاء الطفل أو مخاوفه أو خجله ، كما لا يجوز أن نناقش عيوب الطفل فى وجود أشخاص غرباء.

٤- فرط الحماية :

الحماية المفرطة ترجع إلى رغبة الأم – على غير وهى منها غالباً– فى إبقاء الطفل معتمداً كاملاً عليها ودائماً ،فهى التى تطعمه ،.وهى التى تلبسه ثيابه ، وهى التى تساعده فى قضاء حاجاته وتنظيف جسده .. على حين يكون الطفل السوى قد تعلم منذ أمد طويل كيف يُعنى بنفسه فى كل هذه الجوانب ، وبذلك يبقى طفلها غير مكتمل النضج ، غير قادر على الإندماج مع الأطفال الآخرين بسهولة ، والطفل الصغير المُحاصر بهذه المشاعر كثيراً ما يغضب على أمه لأنها لم تمنحه الإستقلال والحرية .

وتظهر الحماية المفرطة عندما تكون الأم قد مرت بحياة غير سعيدة فتبذل جهدها لتحصل من طفلها على أكبر قدر ممكن من الحب ، وقد تظهر هذه الحماية خاصة إذا كان والد الطفل قد توفى ، أو جاء الطفل بعد انتظار طويل، أو إذا كان من جنس مطلوب " ذكراً " وكان مولده بعد كثير من الأطفال من الجنس الآخر والإناث .

ومن المعروف أن هؤلاء الأطفال ينزعون إلى التمرد على هذه الحماية المفرطة بمجرد أن يستطيعوا الإفلات من المنزل ، وهؤلاء معرضون للحوادث أكثر من غيرهم من الأطفال .

٧- الحاجة إلى اللعب :

للعب دور بل أدوار في تنمية الجسم وفي التنفيس الانفعالي ، ورفع الروح المعنوية . ومن هنا فإن اللعب يسد حاجة ضرورية للجسم ولنفس الإنسان ويكون اللعب في فترة الطفولة المبكرة تلقائياً ، وبمثابة سلوك يقوم به الطفل بدون غاية أو تخطيط مسبق ، والطفل يعتبر اللعب هو حرفته أو عمله الرئيسي ، ومن هنا يتطلب الأمر من أجل إشباع هذه الحاجة ، إتاحة وقت الفراغ للعب وإفساح مكان للعب .

١- اللعب الاجتماعي المبكر :

وتكون بعض ضروب اللعب الاجتماعي شائعة بين الأطفال قبل نهاية السنة الأولى من عمرهم ، فاللعب الاجتماعي هنا كثيراً ما يحدث بين الطفل وبين والدته أو بينه وبين والده ،ولكن سرعان ما يسرى هذا اللعب فيتعدى حدود الأسرة والوالدين ، ويتناول أفراد آخرين مألوفين لدى الطفل .

فاللعب الاجتماعي يعتمد في الغالب على تعاون الكبار مع الطفل في ممارسة عمل يشيع في نفسه السرور.

اللعب التوهمي : في السنتين الأوليين من العمر (اللعب التمثيلي) ، وهو ذو أهمية بالغة إذ أنه يعتبر إمارة من إمارات التطور العقلي ، اللعب بالدمى نجد أن الطفلة تقوم بإطعام دميتها التي تمتلكها ، أو تقوم بتنظيفها وتعتبر ضروب هذا اللعب إيذانا ببزوغ فجر الميول الغريزية ، ويتجلى ذلك فيما تظهره البنت الصغيرة من مناغاة دُميتها بتودد (غريزة الأمومة)

اللعب التخيلى (الإيهامى) : لعب الدور فى الفترة من (٣-٥سنوات) وهو شكل شائع للعب فى الطفولة المبكرة ، وفيه يتعامل الطفل من خلال اللغة أو السلوك الصريح ، مع المواد أو المواقف ، فهو حافز عظيم للنمو العقلى للطفل فعندما يتظاهر الإبن بأنه الأب .. أو البنت بأنها الأم ، هذا اللعب التمثيلى قد فسره بعض رجال التحليل النفسى على أنه رغبة الطفل الولد فى أن يحل محل أبيه فى الإستحواذ على حنان أمه وعطفها أو على رغبة البنت الصغيرة فى أن تحل محل أمها فى الإستحواذ على حنان أبيها وعطفه ، ولكن هذه الآراء غير صريحة حيث يقوم الأطفال بتمثيل أدوار اجتماعية مختلفة كالطبيب ، ساعى البريد ، بائع اللبن ، مشرفة الحضانة ...إلخ فهم هنا يلعبون وهم شاعرون على أنهم أناس آخرون ، وأنهم ليسوا من أفراد الأسرة .

ونجد أن اللعب التخيلى عند الطفل ينمى لديه الإحساس بالماضى والمستقبل ويلجأ إليه الطفل ليستكشف مشاعره ، ويخفف من مخاوفه ، ونجده النشاط المهيمن على طفل الثالثة والرابعة .

وكلما تقدم الطفل فى العمر ، يتخذ له بعض الأصدقاء الوهميين يبتدعهم خياله إبتداعاً لكى يلعب معهم ، وتلك " سمة اجتماعية " تكتسبها شخصيته من خلال اللعب ، فهو بعد ذلك يتخذ له بعض الأصدقاء الحقيقيين لكى يلعب معهم ، كما يتعلم القواعد الاجتماعية مثل أصول اللعبة ومراعاة أدوار الآخرين وإحترامه لأفكارهم وحقوقهم فى اللعب ، وتتسع شبكة صداقته وتتسم بروح التعاون والمحبة ، كما يتعرف على المثيرات الاجتماعية التى تتخلل اللعب ، ومن هنا يقل الزمن الذى يقضيه فى اللعب مع نفسه أو اللعب الإنفرادى ،

ونجد الطفل يلعب ألعاباً مختلفة عن ألعاب الجنس الآخر ، وبنمو هذا الاتجاه نجد البنت تلعب مع البنات والولد يلعب مع الأولاد .. وهنا يقال إن لعب الذكور يتمايز عن لعب الأناث مما يزيد من تأكيد دور البنت كأنثى ودور الولد كذكر.

وفى المرحلة الابتدائية : يجد الطفل الفرصة لممارسة الكثير من ألوان اللعب المنظم داخل المدرسة ولاسيما الهوايات التى ترجع أهميتها إلى أنها تعطى الطفل الفرصة فيها للتعبير عن فرديته وميوله واهتماماته وتحقق له الشعور بالمكانة الاجتماعية ، لاسيما فى حالة عجزه عن تحقيق ذلك " اللعب الجماعى" ، " والهواية " تختلف عن اللعبة ، فى أن الهواية يكون هدفها أكثر وضوحاً ومن الهوايات التى تشيع بين الأطفال : التريكو وأشغال الأبرة والكانفاة بالنسبة للإناث واعمال النجارة والفنون الجمالية بالنسبة للذكور .

الفصل السادس
أسباب المشكلات النفسية للأطفال

١- العوامل العضوية أو البيولوجية .

٢- العوامل النفسية .

٣- العوامل الاجتماعية .

٤- العوامل المدرسية .

أسباب المشكلات النفسية للأطفال

❊❊❊❊❊❊❊

١- العوامل العضوية أو البيولوجية :

أ - وتظهر بوضوح في حالات التخلف العقلي الشديد ، وفي حالات الاضطرابات التكوينيية نتيجة عامل الوراثة ، والعوامل الأخرى قبل وأثناء وبعد الولادة .

ب- وفي حالات ضعف الخلايا العصبية والسبب في هذه الحالات غير معروف ، وهؤلاء الأطفال يكونون أكثر تعرضاً للتوترات الانفعالية ، وتظهر في حالة الطفل المعوق الذى يصبح منبوذا من أحد الوالدين ، وينال من الرعاية الزائدة من الآخر ، وهذه العلاقة المضطربة تؤدى الى اضطرابات إنفعالية ومشاكل في شخصية الطفل مستقبلا .

جـ - الطفل الناقص في الوزن : وهم الاطفال الرضع الذين يبدون أقل من الوزن الطبيعى فهم معرضون لاصابة المخ عند الولادة ، ومعرضون أيضا للاضطرابات السلوكية مستقبلا ، وفي بعض الأحيان يكون هذا نتيجة مباشرة لخلل عضوى وظيفى (وذلك في بعض حالات النشاط الزائد) .

د - تعرض الأم أثناء الحمل الى : نقص التغذية ، ونقص الرعاية ، والضغوط النفسية ، ونجد أن الصحة الجسمية والنفسية للأم الحامل تؤثر الى حد كبير على سلوكها النفسى نحو الحمل وعلى علاقتها بالطفل ، كل هذه العوامل تؤدى الى نقص النضج النفسي للطفل .

٢- العوامل النفسية :

(١) الجو الانفعالى العائلى :

يجب أن يسود المنزل جو عائلى هادئ آمن حتى ينشأ الطفل وليس حوله ما يزعجه أو يبدد شعوره بالأمن والاستقرار ، أى خلاف بين الأبوين أو أى مظهر من مظاهر عدم الوئام بين الزوجين ، يلاحظه الطفل على الفور مهما كان صغير السن ، وكل عراك بين الزوجين يدمر أتزانه الانفعالى ، ويدفعه بلا وعى الى رد فعل عنيف ، فيصبح قلقاً مضطرباً .

(٢) العوامل الوالدية :

هناك بعض العوامل الوالدية تسبب الاضطراب النفسى منها شخصية كل من الأم والأب :

أولا : شخصية الأم :

١- الأم القلقة الموسوسة :

التى تتصور عن طفلها أسوأ الأشياء أمثلة ذلك المغص عند الطفل أو تقلصات بسيطة تعتبرة المصران الأعور،كل أرتفاع بسيط فى درجة حرارة الطفل كأنه أصيب بالحمى ، وخروج الطفل مع أخته للحديقة وتأخرة قليلاً ، فلابد أن يكون قد أصيب بحادث ، وعند ذهاب الأطفال إلى المدرسة تمنعهم من الذهاب إلى الرحلات المدرسية حتى لا يصابوا فى حادث.

والطفل الواقع تحت تأثيرها يصبح شخصية مستهترة تقدم على كل شئ مهما كان خطراً ، ليعوض ماحرم منه فى الصغر ، وإذا تعلم قيادة السيارات أصبح سائقاً مستهتراً ، وهى أكثر دافع إلى تعريض طفلها للأخطار فى صباه وفى شبابة ، ويصبح أكثر إنطوائاً .

٢- الأم المتملكة :

وتتسم بحب التملك الزائد والغيرة والسيطرة ، فهي تريد من طفلها الحب كله والخضوع والإستسلام لها فقط ، وتغضب إذا رأت طفلها يحب شخصا أخر غيرها ، وتغار إذا أحب الطفل أباه ، وهي بتصرفاتها هذه تعرقل نمو طفلها وتعوقه ، وتقضي على شخصية طفلها في المستقبل ، وتجعله في المستقبل كارهاً للحياة، بل ويحقد على المجتمع ويأتي بتصرفات شاذة ، وهذا السلوك من الام ليس حباً أو حناناً ، وإنما هو نوع من الإنحراف العقلي .

٣- الأم الكاملة الدقيقة :

وهي تحرص دائما على أن تفعل الشيء السليم وتبالغ فيه ، ويصبح طفلها ذات شخصية ضعيفة ، وحساس إلى درجة مؤلمة ، وعصبيا ويصاب بالقلق ، وعندما يكبر سينقلب الحال ويصبح في تصرفاته حيال أمه عنيدا مشاكسا ويحاول ان يتمرد عليها ولا يهمه رضاها ،وللأم أن تعرف أنه لابد للطفل أن ينحرف ولو للحظات عن الخط المستقيم حتى يعرف الخطأ والصح ، الخير والشر ، فهو ليس مثلا للكمال .

٤- الأم المترددة :

عاجزة عن التحكم في عواطفها وتصرفاتها ،وعاجزة عن وضع نظام عام تسير على مقتضاه مثال : فإذا بكى الطفل ذكرت أنها لم تعد له طعامه ، وتنسى مواعيد نوم الطفل سواء ليلاً أو نهاراً ، إنما تذهب به للفراش حسب الظروف ، وتتسم شخصيتها بالعصبية والتسرع ، ويصبح الطفل عصبيا ويصاب بالفزع ، وغير آمن وغير مستقر ، وعندما يكبر يصبح عنيدا .

٥- الأم المسيطرة :

حرمت فى طفولتها من حنان الام ، أو عاشت مع زوجة الأب فى حالة طلاقه من أمها، وتعانى من الشعور بالنقص والحرمان من عطف الأم وحنانها فهى تحاول مساعدة طفلها ولكن بطريقة شاذة مبالغا فيها، تعويضا عن النقص الذى عانت منه فى طفولتها، ويصبح طفلها مهزوز الشخصية ومضطربا فى تصرفاته ، وغير حكيم فى أعماله ، وكثير التردد فى إختيار الأشياء ، ويؤثر ذلك على قدرته فى التحصيل والإستيعاب وعلى الذاكرة .

٦- الأم غير المكترثة :

ليست جديرة بلقب الأمومة فهى لاتهتم بطفلها إطلاقاً ، ولا تحاول أن تسد حاجاته ومطالبه من طعام / ملبس/ نظافة / لعب ، ولا تحب طفلها ولاتشعره بالأمان فهى تتحمله فقط ، ويصبح الطفل عديم المبالاة ، ويكره الروابط الإجتماعية ، والقسوة سارية فى دمه ، وإذا ما كبر أصبح قاسيا على أمه غير متعاطف معها ، ولا يشعر تجاة أمه بشىء من الترابط ، ويبدو على الطفل مظاهر التخلف العقلى ، ويصبح منعزلا منطويا على نفسه .

ثانيا : شخصية الأب :

١- الأب المتحكم المسيطر :

ضعيف الشخصية ، لأنه تربى وسط عائلته فى طفولته مع أب مسيطر على زوجته وأولاده ، ويؤكد وجوده بمحاولته للسيطرة على أطفاله وزوجته والتحكم فيهم ، وغالباً ما يعانى من مشاكل مع رؤسائه فى العمل ، فهو بذلك يقضى على شخصية طفله ، ويحول دونها والتطور والنمو للأفضل ، وينشأ الطفل خاضعا مستسلما ذليلا ، فاقد الثقة فى نفسه ، ويصبح عنيدا فى الكبر .

٢- الأب الضعيف :

يستسلم دائما لمن حوله ، لايحاول أن يبدى رأيا أو نصيحة أو مشورة ، لم يتعود على تحمل المسئولية ، وغالبا ما تكون زوجته مسيطرة عليه ، وكلمتها يجب أن تطاع على جميع أفراد الأسرة ، ويفقد إحترامه وهيبتة فى الأسرة ويفتقد الطفل فى هذه الحالة " للقدوة " ، ولا يجد من يقلده ، فيعمد إلى تقليد أى شخص آخر بدلاً من والده ، وغالبا ما يكون هذا الشخص شريراً سواء من المعارف أو من أبطال السينما ، لأن الشر فى نظره يمثل القوة ، ويفتقد الطفل حب وحنان والأب ، وينشأ ناقص الشخصية.

٣- الأب الغائب :

المسافر للعمل بإحدى الدول العربية والأجنبية ، أو دائم التغيب عن بيته بسبب العمل أو بسبب قضاء وقته جالسا على القهوة ، فإنه يجعل طفله محروما من " بطل " يقلده ، وينشأ الطفل ناقص الشخصية ، فضلا عن حرمان الطفل من حنان وعطف الأب بكثرة غيابه عن المنزل ، وعن ضبطه لأفراد أسرته .

٤- الأب الطفل :

فهو على علاقة وثيقة بوالدته ومرتبط بها ، وهو دائم الإعتماد على الغير ، وخجول يخشى المسئولية ، وهو نتاج أب مهمل وأم شديدة العطف وهو يشبه فى سلوكه الأطفال ، وحينما يثور غضبه يصبح كسلوك الطفل المدلل ومحاولة إظهار رجولته تدعو إلى السخرية ، وتجد زوجته أنها قد تزوجت طفلاً بالغاً ، وهذا الأب لا يكون نموذجاً للطفل ويسخر منه أبنه ، ويصبح الطفل خاضعا ذليلاً ، فاقد الثقة فى نفسه .

(٢) المشكلات الخاصه الناتجة عن معاملة الوالدين للطفل وتتمثل فى :

١- الطفل الوحيد :

يتعرض الطفل الوحيد للحماية المفرطة من جانب والديه فالأم تمنعه من مواجهة المخاطر البسيطة مثل تسلق الأشجار ، مما يستمتع به الأطفال الأسوياء ، وهى تساعده على إرتداء ملابسه وخلعها ، بعد أن يكون من واجبه أن يفعل ذلك بنفسه ، وتبدى قلقا بالغا عن صحته وعن تعرضه للبرد ، وهو بذلك ينال الإهتمام البالغ ، وينال كل ما يطلبه ، وأن يسمح له مالا يتقبله الآباء عادة ولا يجوز لهم أن يتقبلوه ، وكذلك قد يحدث العكس عندما تخشى الأم تدليل ولدها وإفساده ، فتصبح شديدة التعامل معه .. وبذلك يحرم الطفل من الأخذ والعطاء المألوف فى الأسرة ، وبذا يمنعانه من أن يتعود على الإستقلال ، ونجده يغضب للوقوف فى وجه مطالبه فى المنزل ، لكن غضبه يكون أشد إذا بلغ سنا أكبر .

٢- الطفل الذى يولد بعد سنوات طويلة :

يتعرض لمشاكل مشابهة لما يتعرض له الطفل الوحيد ، لكنه يتعرض أيضا لإحتمال " إفساده " على يدى والديه وعلى يدى إخوته ، وأخواته الذين هم أكبر منه سنا ، إذ يعاملونه جميعا على أنه طفل صغير لا يكبر ، فيتجه إلى التمسك برأيه ومطالبه .

٣- طفل الوالدين المسنين :

يميل إلى التعرض للتدليل والحماية الشديدة وخاصة إذا كان الطفل الوحيد ، إذ يقل إندماجه مع الأطفال الآخرين المقاربين له فى السن،إذ أن أصدقاء والديه يكون لهم فى الغالب أطفال هم أكبر منه سنا .

٤- الطفل الأكبر :

يتعرض الطفل الأكبر بين طفلين أو ثلاثة إلى مشاكل خاصة به ، أولها الغيرة فكما يحدث مع جميع الأطفال عندما يرزق أباؤهم بطفل جديد ، يكون علمه بأنه ليس الطفل الوحيد أمراً مؤلماً له ، وهناك مشاكل أخرى أقل وضوحا ، منها أنه قد يتحمل مسئوليات أكبر مما يناسب سنه مثل رعاية أخيه الأصغر ، وإذا إرتكب الطفل الأصغر أخطاء وجه اللوم إلى الأكبر لأنه لم يمنعه منها ، وقد يجد الطفل الأكبر صعوبة فى فهم السبب الذى يدفع الأباء إلىالتسامح مع الصغير إذا إرتكب أفعالاً بينما يتعرض هو للتأنيب عليها ، ويكون الوقت الذى يخصصه والداه للنزهة واللعب معه أقل مما كان عليه وقت أن كان وحيدا .

٥- الطفل الأصغر :

يميل إلى أن يصبح مدللا وألا يتجاوز طور الطفولة ،ولكن يكون من مصلحته أن يجد أخا أو أخوه الأكبر يلعب معهم كما يحصل على لعبهم ، وهو يجد صعوبة فى فهم السبب الذى يجعل أخاه الأكبر يلقى معاملة خاصة أو يراه قادرا على فعل أشياء ولا يسمح له بها .

٦- الولد بين أسرة من البنات :

كثيراً ما يكون الولد بين أسرة من عدة بنات موضع عناية شديدة ومحاباة من والديه ، وقد يتخذ موقف المسيطر فى معاملته للبنات ، وقليلا ما يكتسب مثل هذا الصبى سلوك البنات ، وتميل تصرفاته إلى الأنوثة .

٧- البنت بين أسرة من الصبيان :

قد تكون البنت بين أسرة من الصبيان محل رعاية شديدة أو محاباة فى المعاملة من جانب الوالدين ، شأنها شأن الصبى بين البنات ، وقد يظهر عليها الميل إلى ألعاب الصبيان ، أو قد تصبح مرفوضة تماماً من جانبهم .

٨- الطفل الذى ينفصل عن أبويه أو عن أحدهما :

لامفر من أن يحدث الطلاق أو الإنفصال بين الوالدين مشاكل خطيرة لدى الأبناء ، وينطبق القول نفسه إذا فقد أحد الوالدين بالموت ، فمهما يبذل الوالد الباقى من عناية ، فلا مفر من أن يفقد الطفل شيئاً كثيراً من الحب والرعاية التى كان مفروضا أن يوفرها له الطرف الآخر ، ولا تتاح له الفرصة للنمو الصحيح .

٩- الطفل الذى تعمل أمه خارج المنزل :

فمن الضرورى أن تعمل الأم فى بعض الأحيان لتوفير المطالب المالية للمنزل ، وفى هذه الحالة يترك الطفل فى رعاية شخص يحبه ، ولتكن الجدة أو شخص آخر يرعاه كالمربية فالطفل يحتاج إلى أمه فى الثلاث سنوات الأولى من ناحية الرعاية والحب ، ولكن بعملها هذا يفتقد الطفل الطمأنينة والرعاية والحب والأمان ، ويعانى الطفل من الحرمان الأمومى الذى يترتب عليه حدوث إضطراب فى شخصية الطفل وتتمثل فى أعراض قلق الإنفصال، والتبلد العاطفى والعزلة لدى الطفل .

(٣) إضطراب علاقة الطفل بالأب :

يعتبر دور الأب له أهمية كبيرة فى حياة الأطفال من الجنسين ، والآباء أو الأمهات الذين كانت طفولتهم المبكرة مضطربة ومحرومة ، شبوا غير ناضجين مندفعين ، أنانيين ، تنقصهم القدرة على إشباع حاجات أطفالهم النفسية من الحب والرعاية والمساندة ، ويعرضون أطفالهم إلى مواقف تؤدى بهم إلى الإضطرابات النفسية ومنها :

أ – سوء معاملة الأطفال مع القسوة والإهمال .

ب _ يكون الأطفال شهود لخلافات بين الوالدين ، أو لسلوك جنسى .
ج _ دفع الطفل بطريق غير مباشر إلى تحقيق آمال وطموح تفوق قدرته .
د _ محاولة الأب كسب عطف الأطفال مع إضعاف سيطرة الأم .
هـ _ ولاده طفل معوق تعتبر من التجارب القاسية التى تضطرب بسببها علاقة الأب بالمعوق .
و _ غياب الأب عن الطفل فى مرحلة الطفولة المبكرة والمرحلة الإبتدائية تعتبر من العوامل الفعالة التي تؤدى إلى التشرد والإنحراف .
ز _ العلاقة غير الطبيعية بين الأم والإبن أو الأب والإبنة ، تعتبر الجذور المؤدية إلى الإنحراف .

(٤) دور الأجداد فى حياة الطفل النفسية :

يلعب الجدود دورا هاما فى نمو الطفل ، سواء كان هذا بناء أم لا ، ويعتمد هذا إلى حد كبير على علاقتهم بالوالدين .

فيمكن أن تكون مساندة أو بديل مؤقت للوالدين فى فترات أزمات الأسرة ، ومع ذلك فإذا تنافس الجدود مع الوالدين أحيانا نتيجة تشتت الوالدين أنفسهم فى أداء رسالتهم نحو الطفل ، فسوف يختلط الامر على الطفل بوضع إنقسام الملكية بالنسبة له .

٣- العوامل الإجتماعية :

١- الفقر وسوء التغذية :

من الأمور التى تعيق الأسرة فى تنشأة أطفالها ، الفقر وهو السبب الأساسى الذى يؤدى إلى إنتشار أمراض سوء التغذية ، فالأسرة الفقيرة لا يمكنها توفير الغذاء الصحى الكافى ، وذلك يعرض الطفل للإصابة بالأمراض الضارة ،

والتى تبقى آثارها ملازمة له طوال حياته ، فضلا عن أنها تضعف مناعته وقدرته على المقاومة .

٢- سوء الأحوال السكنية (السكن غير الملائم) :

فهناك أسر تعيش فى مساكن مزدحمة ، شديدة الضوضاء ، ورديئة التهوية ، وغير متصلة بالمرافق الصحية ، ويظهر ذلك فى المناطق العشوائية المنتشرة فى مصر الآن بصورة لم تشهدها من قبل ، ولا يخفى ما تسببه هذه الأحوال السكنية الرديئة من أضرار للأطفال فى سنوات نموهم ، فهى تحول دون نموهم وراحتهم الكافية ، وتسبب لهم الإرهاق والتوتر ، وكثيرا ما تقتضى الظروف فى المسكن الضيق أن ينام الأطفال مع الوالدين فى حجرة واحدة مما قد يعرضهم لخبرات تؤذى نفوسهم وتعرضهم للإضطراب النفسى ، فضلا عن أنهم يكونون عرضة للعدوى ببعض الأمراض .. هذا فضلا إلى أنه بسبب الإزدحام فى السكن وضيقه يلجأ الأطفال إلى الشوارع (والمبيت فى الطرقات – وتحت الكبارى) ظاهرة أطفال الشوارع ، وكثيرا ما يشجعهم آباتهم على ذلك تخلصاً من مضايقتهم ، فينطلقون للعب فى الشارع دون رقابة من أحد ، ويعرضهم ذلك للتعرف على أصدقاء السوء والوقوع فى سلك الإنحراف والجريمة .

٣- إصابة الوالدين بمرض مزمن :

يكون له تأثير عميق على الناحية الإنفعالية للطفل ، فإذا كان أحد الوالدين يعانى من جلطة فى الشريان التاجى أو عملية إستئصال ورم ، ويصاب أحد الوالدين بالإكتئاب وينعكس ذلك على إهمالهم للطفل وعدم إهتمامهم به .

٤- إصابة أحد الوالدين أو أحد أفراد الأسرة بإضطراب نفسى :

إصابة أحد الوالدين او أحد الأجداد الذى يعيش مع الأسرة بإضطراب نفسى أو عقلى يمكن أن يعوق الإنسجام العاطفى فى المنزل بطريقة غير سوية ، وبذلك يتعرض الأطفال إلى الإحساس بالتوتر وعدم الامان .

٥- الخلافات الأسرية والطلاق :

تؤثر الخلافات الأسرية التى تحدث بين الزوجين على الأبناء ، وتشمل هذه الخلافات الأصوات العالية والضرب والإهانة من جانب للوالدين ، وينعكس ذلك على الأبناء ويثير فى نفوسهم الخوف والقلق وعدم الأمان ، وتصل هذه الخلافات في شدتها حين يصبح الطلاق أمراً حتمياً بين الزوجين ، ويترتب عليه إنفصال الأبناء عن الأباء فى حالة الزواج بأخرى أو بأخر ، وينتج عن ذلك هروب الأبناء من الوالدين ، والإنسياق فى تيار الإنحراف بمصادقتهم لأصدقاء السوء ، والوقوع فى براثن الجريمة ، وذلك لإفتقادهم الدفء الأسرى والعائلى والأمان الذى يشبعه لهم المنزل .

٦- الإعتداء الجنسى :

وهو من العوامل الفعالة فى إضطراب الطفل جنسيا ، سواء كان من جانب الأقارب أو من جانب أصدقاء السوء نتيجة مبيته فى الشوارع والطرقات ، ويترتب عليه فى الكبر كراهية نفس الجنس المعتدى عليه ، بل والإنتقام منه سواء بالإغتصاب أو بالقتل .

٧- عمل الأم وتغيبها عن المنزل :

فهى تعود إلى بيتها بعد الإنتهاء من العمل ، وهذا فى حد ذاته يؤثر على الطفل الذى يظل فى حالة إنتظار وقلق حتى تعود أمه,هذا من ناحية الطفل ، أما من ناحية الأم فهناك ظاهرة من نوع أخر ، فالأم التى تغيب عن الطفل

لفترات طويلة تشعر بعقدة الذنب وهي دائما قلقة وحائرة ، والأم العاملة تجد فكرها وقلبها موزعا بين الطفل والعمل .. وتضطر الأم إلى إحضار المربية لتربية الطفل بالمنزل ، وتترك هذه المربية أثر نفسي سيء على الناحية النفسية للطفل منها الخوف ، والقلق ، والعقد النفسية من ناحية القسوة وإستخدام العنف والضرب والأساليب الشاذه فى تربية الطفل ، ويظل ذلك ملازما للطفل طوال عمره .

٨- غياب الأب عن المنزل وسفره :

تغيب الأب عن المنزل طوال اليوم ، وعدم إعتنائه بمنزله وأولاده ، وترك المسئولية كاملة للأم للقيام بتربية الأطفال يؤثر تأثيراً سلبياً على نفسية الأطفال من ناحية عدم وجود السلطة الضابطة فى الأسرة ، بالإضافة إلى حرمان الأطفال من عطف وحب الأب وحنانه وغياب القدوة والمثل الأعلى لديهم ، فيجعل الطفل يختار أى نموذج أخر من خارج الأسرة يقتدى به سواء كان خيرا أم شرا ، ومثله الأب المهاجر الذى يعمل بأحد الدول العربية والأجنبية .. ويعرض أطفاله للإنحراف .

٤- العوامل المدرسية :-

وتتمثل هذه العوامل فى :

١- الأساليب المدرسية غير التربوية و الإستبدادية التى تستخدم وسائل القمع والإستبداد والتى تفتقر الأنشطة الإجتماعية والرياضية والإمكانيات المتعددة التى تشبع إحتياجات التلاميذ الثقافية والعلمية .

٢- دور بعض المدرسين غير التربيون ، الذين لا يراعون الفروق الفردية فى الذكاء والقدرات بين التلاميذ ، وعدم إستطاعة المدرس الألمام التام بتلاميذه وظروفهم المحيطة بهم .

٣- طرق التدريس ونظم الإمتحانات والمناهج الدراسية التي يجب أن تكون متطورة ومتمشية مع الأساليب التربوية والعلمية الحديثة ، والتي يجب أن تقوم على مراعاة قدرات التلاميذ وميولهم وإستعداداتهم والفروق الفردية بينهم ، وتشبع لديهم ما يتطلبونه من إحتياجات .

٤- سوء توزيع التلاميذ ، يجعل الفصل الواحد يحتوى على مجموعة متباينة فى المستوى التعليمى ، فالطلاب سريعو التعلم لا يجدون ما يشحذ أذهانهم ، وبطيئو التعلم يحسون بمشاعر النقص فيزدادون تخلفاً .

٥- إزدحام الفصول بالتلاميذ أكثر من العدد المسموح به فى الفصل الواحد وعدم وجود مقاعد كافية للأطفال داخل الفصل الواحد ، يؤدى إلى التكدس داخل الفصل الذى ينتج عنه الضوضاء والشجار والعدوان بين التلاميذ ، بالاضافة إلى ضيق المدرس بالتلاميذ نتيجة ذلك ، مما يعوق العمليات التعليمية فى المدرسة ، ويدفع ذلك التلاميذ إلى الحصول على الدروس الخصوصية والاعتياد عليها .

٦- الغيرة من التفرقة فى المعاملة بين التلاميذ يؤدى إلى إحساس الأطفال بالظلم وعدم العدل فى المعاملة ، فتبدأ جذور الغيرة فى الأطفال ، وهو شعور مؤلم يشعر صاحبه بعدم الرضى والحقد على الآخرين ، ومن هنا تبدأ الإضطرابات النفسية للطفل وتعوق نموه النفسى وتحصيله الدراسى .

٧- النقص فى شخصية المدرس وعجزه عن منح مهنته حقها من العناية والرعاية ، وجهله بأصول التربية السليمة ، وقلة موارده العلمية ، وعدم ملائمة طريقته فى التدريس للتلاميذ ، وإستخدامه الضرب والقسوة كوسيلة لعقاب التلاميذ ، الأمر الذى يؤدى إلى إثارة الخوف والإضطراب فى نفوس الأطفال وكراهيتهم للمدرسة وهروبهم منها وظهور الإضطرابات النفسية بصور متعددة كالخوف والقلق النفسى .

٨- التعب من سوء توزيع المواد بالجدول الدراسي وتكديس المواد العلمية في وقت متواصل بالحصص المتعاقبة بدون إعطاء فترات للراحة الذهنية للأطفال ، يؤدى ذلك إلى إرهاق الطفل وعدم قدرته على التركيز والتحصيل الدراسى ، وشعوره بالتعب أيضا ، وبالنوم داخل الفصل فى بعض الأحيان ، فيجب أن يتخلل الفترات بين الحصص راحة ذهنية للطفل كفترات الألعاب ، والموسيقى ، والرسم ، يجعله ذلك أكثر شغفاً أثناء إقباله على المواد العلمية المقررة عليه ، وأكثر إقبالاً على العملية التعليمية .

الفصل السابع

المشـــكلات النفســـية للأطفـــال

١- نوبات البكاء
٢- نوبات الغضب
٣- العناد عند الطفل
٤- الأنطوائية
٥- الاكتئاب النفسى (العصابى)
٦- القلق النفسى
٧- الخوف
٨- الغيرة
٩- بعض العادات السيئة
١٠- التبول اللاارادى
١١- اضطرابات الكلام (اللجلجة)

[١] نوبـات البكـاء

❋❋❋❋❋❋❋❋

إن أول شئ يبدأ به الإنسان حياته هو البكاء ، وهو تعبير عن الشعور الشديد بالعجز المطلق تجاه الواقع الجديد .

والبكاء : هو دليل على وجود حاجة ما فى نفس الطفل ، أى أنه لابد من سبب للبكاء .

أولاً : أسـباب البـكاء :

من الأسباب التى تؤدى بالطفل إلى البكاء :

١- الشعور بـالجوع : فنرى أن الأمهات يحاولن إرضـاء أطفالهن بـالفطرة بإعطائهن الثدى عند البكاء . ونجد أن بعض الأطفال لا يتحملون ألم الجوع ، فبمجرد شعورهم بالجوع يبكون بشدة ، بينما نرى أن الآخرين يتحملون ألم الجوع لفترة ما. والقاعدة الفطرية السليمة أن نعطى اللبن للطفل من الثدى أو الزجاجة متى جاع وحتى يشبع ، وذلك كى يشعر بالارتياح وينام نوماً هادئاً طويلاً.

٢- وجود الغازات فى المعدة بسبب ابتلاع الهواء أثناء الرضاعة ، أو حدوث المغص أثناء الليل ، إذ أنه يحدث فى الثلاثة الأشهر الأولى من العمر .

٣- ضيق الطفل من زيادة ملابسه ، أو الحر الشديد ، أو اشتداد البرد ، أو شعور الطفل بطعم رائحة كريهة كالذى ينجم عن القيئ .

٤- هنـاك سبب هام لبكاء الطفل يرجع لطبيعة الطفل ، فهنـاك الأطفـال العصبيين فهم يبكون كثيراً وبشدة دون أن يعرف الإنسان لبكائهم سبباً،

فإن أعطوا الثدى لا يرضعون بهدوء بل يأخذون مصة أو مصتين ثم يبكون بشدة ، ولا تدرى الأم ماذا تفعل معهم ؟ ، فهم يتعبون الأهل كثيراً.

٥- الشعور بالوحدة : إن كثيراً من الأمهات لا تدرك أن الطفل يبكى من أجل الصحبة وفى هذه الحالة ينقطع بكاء الطفل لمجرد حمله بعكس بكاء الجوع الذى لا ينقطع أو إن انقطع فلفترة قصيرة ، وإن حمل الطفل فى هذه الأحوال لا مانع منه ولا يفسد الطفل .

٦- وهناك أسباب طارئة تستدعي بكاء الطفل كتغيير ملابسه أو عند استحمامه وبعد الشهر السادس تختلف أسباب البكاء لدى الطفل عن ذى قبل وتتمثل فى الشعور بالتعب ، والخوف من الغرباء أو الحلم المزعج .

- وبعد الشهر التاسع فقد يبكى الطفل لشعوره بالحسد والغيرة ، وذلك إذا رأى أمه تحمل طفلاً آخر غيره .
- ويبكى الطفل عندما لا نسمح له بأن يمارس ما أصبح قادراً عليه من أعمال وحركات فهو يحب أن يجلس حين يصبح قادراً على الجلوس، وأن يلعب باللعب حين صبح قادراً على حملها والإمساك بها ، وأن يقف متمسكاً بحافة سريره عندما يستطيع الوقوف ، وهو يبكى عند منعه من ممارسة هذه الأعمال أو عدم تسهيلها له ، وقد يبكى عند مقاومتنا لرغباته أو إجباره على فعل ما لا يحبه أو على طعام يكرهه.
- وبعد السنة الأولى فإن البكاء يخف تدريجياً ، وهو ينجم على الأغلب من مقاومة ومعارضة ذاتية الطفل النامية وهواياته الجديدة فهو يبكى بدموع غزيرة وخاصة إن كان قوى الشخصية عندما لا يسمح له بالقيام ببعض الأعمال التى أصبح قادراً عليها كإلباس نفسه أو نزع ثيابه أو المساعدة فى وضع المائدة .

- وقد يبكى الطفل ليلفت نظر الآخرين إليه ، أو ليحصل على صحبة من هم أكبر منه ، فهو يبكى إن ترك وحيداً أو ترك يمشى فى المؤخرة لأنه يمشى ببطء أو ترك فى الظلام .

ثانياً : العلاج :

والعلاج الذى يجدى من أى علاج آخر هو الحب ، فالأطفال يقدرون الحب حق قدره ، و لا مجال للأدوية فى معالجة البكاء ... إلا إن كانت من مرض أو فى حالات اضطراب النوم أو إن كانت الحالة شديدة ، يستطيع الأهل التكيف حسب التعليمات والإرشادات الجديدة اللازمة للعلاج .

الخلاصة :

إن كثرة بكاء الطفل تابعة لشخصيته ، ولكن البكاء الزائد عن الحد يعنى سوء معاملة الطفل إما بحرمانه من العطف والشعور بالاطمئنان ، أو لعدم تدريبه على الاعتماد على النفس ، وممارسة ما يتعلمه أو تبديله أو بالعكس باستعمال الشدة الصارمة معه.

والواجب علينا أن نعامل الطفل بالحكمة واللطف والحلم ، وأن نمسح دموعه ونحمله بحنان عند شعورنا بحاجته إلى ذلك .

[٢] نوبات الغضب

❁❁❁❁❁❁❁❁

يعد الغضب أكثر الانفعالات شيوعاً بين الأطفال ، والغضب من السهل استثارته عند الأطفال ، فيبدو واضحاً عندما تعلق رغبات الطفل أو تعلق تحركاته . ويغضب الأطفال أيضاً عندما يتدخل الكبار في إعاقة نشاطهم ، وتقييد حركاتهم ويغضب الطفل عندما يحرم من لعبته ، أو عندما لا يصطحبه أبوه في نزهة ، أو عندما يحاول الطفل القيام بعمل ويفشل فيه . ويعبر الطفل عن غضبه بالصراخ والبكاء ولطم الوجه أحياناً ، وركل ورفس الأرض بقدميه وبالتمرغ في الأرض ، وبالتمرد على الكبار وعصيان أوامرهم .

والغضب : يحدث نتيجة صدام شخصية الطفل النامية المتطورة مع إرادة الأهل ، ورغبة الطفل المتزايدة في إظهار قدرلته وتوجيه نظر الناس إليه وأن يسير حسب رغباته .

ونجد أن هذا يوقعه في المشاكل والأزمات وخاصة إذا كان أهله من النوع المتزمت الصارم ، والغضب قد يكون طبيعياً إذا لم يكن فيه إسراف ، لأن الطفل الذي لا يغضب على الإطلاق غير طبيعي ، يمكن أن يكون طفلاً بليداً أو غبياً ، لأن الطفل الطبيعي لابد وأن يظهر بوادر لفرض إرادته ، وعصيان الوالدين أحياناً ، ويظهر ذلك في حالات الغضب عليه

مظاهر نوبات الغضب عند الأطفال :

تتفاوت نوبات الغضب عند الأطفال دون الخامسة في ضرب اليدين،و الرفس،ؤ القفز ، والضرب ، والإلقاء بالجسم على الأرض ، ويصاحب ذلك عادة البكاء والصراخ .

وتتمثل نوبات الغضب عند الأطفال من ٦-٩ سنوات في الهياج والعناد والملل أو الاكتئاب والخمول ، والشكوى من الشعور بالاضطهاد ، والإجهاد والتعب السريع .

أسباب الغضب عند الأطفال :

١- شخصية الطفل : إذ لا يصدر الغضب عن الطفل الهادئ اللين بل عن الطفل النشيط العنيد الكثير الحركة .

٢- التقليد : فقد يقلد الطفل أبويه أو أخوته إذا ما كانوا كثيري الغضب .

٣- غضب الطفل : بسبب إعاقة حركته ، أو بسبب الغيرة أو بسبب عقوبة وقعت عليه في حين أنه يشعر بأنه لا يستحقها .

٤- فشل الطفل في دراسته أو بمطالبته باتباع نظام معين ، كالذهاب إلى فراشه في مواعيد محددة وتناول طعامه في مواعيد معينة ، أو معارضته في تناول أنواع معينة من الأطعمة أو غسل وجهه ، أو منعه من ممارسة نشاط معين ، أو رغبته في لفت نظر الآخرين وجذب انتباههم .

٥- مستوى ذكاء الطفل : مع أن الغضب يحدث عند الأطفال في أي مستوى كانوا من الذكاء ، إلا أنه أكثر حدوثاً عند من يكون ذكاؤهم دون الوسط وذلك لأنه يتوقع منهم فوق ما لا يستطيعون أو لأنهم لا يفهمون حدود حريتهم .

٦- المبالغة في الاعتناء بالطفل وتدليله : فالطفل عندئذ لا يعرف حدوداً لرغباته وإذ ما قاومت فإنه يحتد ويطلق غضبه .

٧- الشدة والصرامة في المعاملة : فالإصرار على أشياء غير معقولة بالنسبة للطفل وطلب الطاعة الفورية كثيراً ما تجلب بكاء الطفل الحاد وغضبه .

٨- عدم انسجام الأبوين : فإذا ما كان سلوك الأبوين غير منسجم أو غير مستقر على قاعدة ثابتة فمن شدة إلى تساهل إلى تهديد دون تنفيذ ، فإن الأمر يختلف على الطفل ويقاوم إذا ما حاول أن يفرض أحد الأبوين عليه شيئاً لا رغبة له فيه ، بل إن كثيراً ما يحدث أن يذهب كل من الأبوين في اتجاه فهذا يأمر وهذا ينهى ، مما يحدو بالطفل أن يثور ويغضب عند الحاجة كي ينال مراده .

٩- وكثير من الأطفال يستخدمون نوبات الغضب في إصرار وعناد فيبدأ الطفل في إملاء مطالبه فإذا لم يستجيب الآباء يذرف الدموع ، ثم يعقبه بالصراخ ، وإذا لم يأت ذلك بفائدة يرتمي على الأرض ، وقد تصر الأسرة على موقفها ، فيستخدم الطفل طرقاً أخرى كأن يلقي بنفسه على الأرض متخشباً ، فينزعج الأهل ويصابون بالذعر ، ويهرعون لرش الماء على وجهه . وتستسلمَ الأسرة لرغبات الطفل في النهاية ، وتعِدُه بتنفيذ رغباته ، وتنتهي القصة بفوز الطفل بكل ما يريد ويجني ثمار نوبات غضبه .

١٠- فقد يغضب الطفل ويصر على رأيه في الوصول إلى هدفه ولفت نظر من حوله ، ويختار الطفل الزمان والمكان المناسبين ليقوم بمظاهرته الصاخبة المثيرة حين يرضخ الأهل لرغباته ويحققون له مطالبه ، فبذلك يستطيع السيطرة على الموقف .

العوامل التي تساعد على ظهور نوبات الغضب عند الطفل :

١- الخلافات الأسرية :

إن العائلات التي تسودها التوترات الانفعالية ، وتعاني من مشكلات السيطرة أو الخضوع بين الزوجين ، وعدم التعاون والخلافات بين الزوجين حول

تربية الطفل لهما تأثيراً كبيراً على نفسية الطفل ، وينعكس عليه ويؤدى به إلى التوتر والانفعال الذى قد يأخذ صورة نوبات غضب أو عناد أو تشاجر الطفل مع الآخرين .

٢- عصبية الآباء وكثرة نقد الأبناء :

تؤدى عصبية الآباء وثورتهم لأتفه الأسباب أو شجارهم وعدم التوافق بين الأب والأم إلى عصبية الأطفال ، وثورتهم وغضبهم لأتفه الأسباب ، ومع ذلك فهناك حالات تؤدى فيها عصبية الآباء إلى سكون الأطفال وسلبيتهم وانزوائهم إلى أحلام اليقظة .

٣- تعدد السلطة الضابطة لسلوك الطفل :

كثيراً ما يؤدى تعدد السلطات الضابطة لسلوك الطفل إلى ارتباك الطفل وثورته وغضبه ويحدث ذلك مع الأطفال الذين يعيشون فى أسرة تشمل الجد والأب والأم ، والأخوال أو كليهما .. ويكون لكل منهما سلطة توجه الطفل أو تنقده . فالطفل فى مثل هذا المناخ يشعر بالارتباك ، وتعدد السلطة الضابطة ، خاصة إذا كان الأب بعيدا عن المنزل أو متوفى أو إذا كان قد طلق الأم ، فيشعر أنه لا ينتمى إلى والد كبقية الأولاد .. وتأخذ صورة الارتباك فى هيئة نوبات غضب وعناد وتشاجر .

٤- السلطة الضابطة المتغيرة :

إن السلطة الضابطة المتغيرة ، كأن يكون الأب فى صف الطفل يجيب رغباته، وتكون الأم على نقيضه أو العكس، يؤدى ذلك بالطفل إلى نوبات غضب كلما رفض له أحد الوالدين طلباً ، ثم الانحياز إلى الآخر ، كما أنه إذا طلب من أحد الأبوين طلبا، وامتنع عن إجابته ، ثم صرخ الطفل وغضب ثم أجيب إلى طلبه ، فإنه يلجأ إلى الغضب والصراخ كلما رفض له طلب ، وقد

يلجأ إلى هذا الأسلوب المرضى للتوافق والتكيف في مواقف الحياة فى الكبر بعد ذلك .

٥- التدليل الزائد للطفل :

تدليل الأطفال كثيراً ما يؤدى بهم إلى نوبات الغضب المرضية ، وأن التدليل وإجابة طلبات الطفل مهما كانت صعبة التنفيذ فى صغره ، يعتاد أن تستجيب له البيئة بإجابة رغباته حتى فى كبره ، وبمعنى آخر أن التدليل لا يتيح للطفل أن يتعلم ضبط نزعاته ؛ لأنه لم يحدث فى حياته الأولى إن وجد ضرورة لذلك . وقد يجد الطفل نفسه مدفوعاً بقوة لاشعورية لتحقيق رغباته ، فإن لم تحقق له ما يريد ثار ثورة عنيفة ، حتى لو أراد أن يصطنع سلوكاً مغايراً متمشياً مع ثقافة المجتمع .

٦- الحماية الزائدة للطفل :

ويقصد بها عدم إفساح المجال للطفل كى يقوم بشؤونه ويعتنى بنفسه ، وعدم السماح للطفل بالاختلاط مع أقاربه واللعب معهم خوفاً عليه من خشونتهم ، أو تأثره بهم ، وهو الخوف الزائد من جراء إصابة الطفل بأى وعكة بسيطة ، وأخذ الاحتياطات التى لا داعى لها خوفاً على صحة الطفل مع عدم السماح له بالخروج فى الهواء الطلق خوفاً من البرد . وهذه الرعاية المفرطة تحدث عندما يرزق الأهل للطفل بعد انتظار سنوات طوال ، وخاصة إذا كان الأمل ضعيفا فى حمل آخر ، أو إن كان الطفل ذكراً بعد عدة إناث ، أو أن الطفل شفى من مرض شديد هدد حياته بالخطر ، ونجد أن نتائج هذه الرعاية المفرطة سيئة على الطفل ، إذ أن الطفل يصبح متأخراً بالنسبة لأقرانه ، فهو معتمد على أمه فى كثير من شئونه ، لأن أمه لم تفسح له المجال كى يتعلم ويختار الأشياء المناسبة لسنه فيما يتعلق بالطعام والملبس والنظافة فهو غير

مطمئن وضعيف الثقة بنفسه ولا يحسن اللعب مع أقرانه ويخاف أن يلحقه أذى منهم، وهو كثيراً ما يلجأ إلى أمه لتحميه ، ويؤدى به ذلك إلى حدوث نوبات الغضب لأتفه الأسباب .

٧- افتقاد الطفل اهتمام الوالدين :

قد ينفجر الطفل باكياً بشكل مبالغ فيه دون سبب ظاهر ، وقد يفعل ذلك كوسيلة لكي يجعل نفسه محور انتباه الأسرة بدلا من المولود الجديد الذى يغار منه ، وصور له أنه قد أُهمل ولم تعد أمه تهتم به .

٨- الضعف العام والتشوهات الخلقية :

يؤثر الضعف العام والتشوهات الخلقية على شعور الطفل بالنسبة للمجتمع الخارجي ، فيشعر بالنقص والعجز ،وضعف الثقة بالنفس ، وذلك لعدم قدرته على عمل ما هو مطلوب منه ، وهو يجد صعوبة في التوافق ، ويشعر بأنه مكروه من جميع الناس ، فيزداد توتره الداخلي ، ويظهر ذلك في صورة نوبات غضب وثورته لأتفه الأسباب .

٩- ضعف الحالة الصحية للطفل :

قد يكون سبب نوبات الغضب ضعف الحالة الصحية للطفل ، وعندما تكثر إصابته بالتهاب اللوزتين والزكام وأمراض البرد وعسر الهضم .

العــلاج :

لمعالجة نوبات الغضب عند الطفل يتبع الآتى :

١- على الآباء تجنب فرض القيود التى تعوق حركة الطفل ، وعدم تكليف الطفل بواجبات فوق طاقته ، وكذلك عدم إثارة الطفل أو تعريضه لمواقف الاحباط والحرمان .

٢- تعويد الطفل على ضبط النفس منذ صغره بغرس الاتجاهات التى تجعله يمتنع عن الغضب .

٣- عدم الحديث أمام الأقارب والضيوف عن غضب الطفل وإصراره فى تنفيذ رغباته، ففى هذا اعتراف من الآباء بسيطرة الطفل وخضوع الوالدين له ، فكثير من الأمهات يرددون إظهار العجز أمام أطفالهن ، وأنه لم يعد فى استطاعتها ضبط سلوك الطفل ، ولاشك أن هذا يجعل الطفل أكثر تمسكاً بنوبات غضبه ليبقى على تسلطه وتحكمه فى والديه .

٤- موقف الآباء الحازم والهادئ تجاه غضب الطفل وإصراره وعناده ، فلابد أن يشعر الطفل أنه لا جدوى من استخدام أسلوب الغضب للحصول على مطالبه .

- دور الأم لتجنب نوبات غضب الطفل :

١- على الأم أ ن تحافظ على هدوئها أثناء نوبة الغضب التى يجتازها الطفل، فلا تغضب هى الأخرى وتحاول عقابه حتى لا يزيد الصغير توتراً وخوفاً، هذا فضلاً عن أن منظر الأم الغاضبة ليس أفضل من منظر الطفل الغاضب .

٢- يجب على الأم أ ن تتأكد من سلامة جسم الطفل وخلوه من الأمراض التى قد تجعله متعباً سريع الانفعال والغضب .

٣- على الأم أن تشعر الطفل بعد أن يهدأ أنها تعلم أنه غاضب ، وأن من حقه أن يغضب إذا لم تتحقق له رغبته ، ولكنها لا تحب طريقته فى التعبير عن هذا الغضب ، وأنه يمكنه أن يعدل سلوكه هذا حتى يتناسب مع ما يفعله الآخرون وتفعله هى مثلا .

كما أن عليها أن تؤكد له مافعله لن يؤثر على علاقتها به ، وأنه لازال ابنها المحبوب مثل هذا يكون ضرورياً فى بعض الحالات التى يكون

نوبات الغضب فيها ولادة طفل صغير زعزع شعوره بالأمن وهدد بفقد حب والدته وعنايتها له .

٤- على الأم ألا تذيقه حلاوة الانتصار بتحقيق الرغبة التي يجد صعوبة في تحقيقها قبل انفجاره باكياً ذلك لأنها إن فعلت ذلك معه ، فتصبح هذه طريقته أو وسيلته المفضلة للحصول على كل ما يريده بعد ذلك .

٥- على الأم أن تقلل من أوامرها ومطالبها من الطفل وألا تصر على إطاعته لها في كل المواقف بل عليها أن تغض النظر عن بعض مطالبها، إن اشتملت منه رغبة في المقاومة ، وليس معنى ذلك أن تترك الحبل على الغارب ، بل عليها أن تتمسك بتنفيذ بعض المطالب ، وعلى الأخص ما يتعلق منها بصحته وصحة باقي أفراد الأسرة أو بالمحافظة على حياته

٦- ألا تكثر من الوقوف في سبيل تحقيق رغباته ، فالطفل الغاضب هو في الواقع طفل عذبه الشعور بالإحباط ، وليس معنى ذلك أن تجيبه إلى كل ما يطلب حتى تجنبه الشعور بالاحباط فقليل من هذا الشعور مفيد لبناء الشخصية السوية ، وكثير منه يؤدي إلى اعتلاء الصحة النفسية للطفل .

وعليها أن تساعده على اكتساب الخبرات المعرفية والمهارات التي تساعده على مقابلة ما يعترضه من مشكلات دون احباط .

الخلاصة :

نوبات الغضب عند الطفل أحسن علاج لها هو إهمالها ، وأن اللامبالاة بها هو أحسن وأنجح عقاب ... وأما الصراخ والضرب واستعمال العنف والتوبيخ وفقدان الصواب وما شابه ذلك فكلها تزيد النار اشتعالاً وتزيد هذه النوبات استفحالاً .

[٣] العناد عند الطفل

❀❀❀❀❀❀❀

العناد سلوك يعبر عن نزعه عند الطفل إلى مخالفة الوالدين ،وتأكيد مواقف له تتنافى مع مواقفهم ورغباتهم وأوامرهم ونواهيهم ، إنه تأكيد للذات يحمل إلى حد ما طابعاً عدوانياً تجاه الوالدين ، ويتخذ شكل المعارضة لإرادتهم .
والمعارضة للوالدين هى جوهر ما نسميه " عناداً " إذ أنه عبارة تيخيسية يحق الطفل تنقل وجهة نظر الطرف المسيطر الذى يسمح لنفسه ، لمجرد كونه المسيطر (الوالدين) أن ينفرد بتقييم سلوك الطرف الأضعف (الطفل) ، وأن يضفى على هذا السلوك أحكاماً مطلقة نابعة من رؤيته الأحادية الجانب للأمور . والعناد كحالة طبيعية يظهر عند الطفل فى منتصف السنة الثانية ، ويبلغ ذروته فيما بين الثالثة والرابعة ، ولكنه إذا أسيئت ضروب التصرف إزاءه من جانب الآخرين وبخاصة الأبوين ترسخ فى سلوك الطفل فيلازمه فى حياته المدرسية بشكل غير مقبول ،وهنا يكون مصدر إزعاج فى المدرسة

أنـــواعــــــه :

يتخذ العناد نوعين :

١- العناد الإيجابى : (المعارضة الإيجابية)

ويتخذ شكل التصدى الفاعل لمشيئة الوالدين ، وقد يكون هذا التصدى صريحاً يتخذ أشكالا كالغضب والتمرد والوقاحة والإمعان فى الجدل ، وقد يكون غير مباشر يتستر فيه العدوان مثال : الطفل يقبل على مضض أمر والدته بغسل أطباق المائدة ، ولكنه يجنح لا شعوريا إلى مخالفتها إلى قيامه بتحطيم عدد من الأطباق ، أكبر مما يمكن تفسيره بفعل الصدفة وحدها .

٢- العناد السلبى : (المعارضة السلبية)

وتتخذ شكل التهرب من تنفيذ أوامر الوالدين مع تحاشى المواجهة المباشرة لها لذا فإنها تأتى على صورة نسيان المهام المطلوبة ، أو البلادة أو التهاون فى طريقة القيام بها .

أهمية العناد الإيجابى :

" العناد" مزعج دوما ، وإن بدرجات مختلفة للوالدين ، إذ يبدو لهم بمثابة محاولة لإفشال إرادتهم ، إذ ينبغى لنا أن نتخطى هذا الإنزعاج التلقائى لننظر إلى ظاهرة العناد نظرة أكثر موضوعية ، فنكتشف إن من العناد ما يلعب دوراً لا غنى عنه فى عملية نمو الطفل وتتمثل أهميته للطفل فى :

١- أنه تأكيد لتمايز الشخصية النامية :

فعناد الطفل وسيلة طبيعية لتأكيد الشخصية النامية من خلال إقامة تمايز بينه وبين الوالدين ، بعد أن كان إلى حد ما ، فى أول عهده مجرد امتداد لهم ، فالطفل فى بداية عمره لا يتميز عن والديه ، وخاصة والدته أن " أناه " لم ترتسم حدودها ، لذا فهو يحيا وكأنه جزء من أبويه ، وكأن أبويه جزء منه ، ومن هنا تبعيته الكبيرة لهما من جهة ، ونزعته إلى التحكم بهما من جهة أخرى . ومن هذا الإندماج الأول تنطلق عملية النمو فتتضح للطفل شيئاً فشيئاً خصوصيته حيال والديه ، وبأن معاً خصوصية والديه حياله ، ولكن هذا التمايز ضرورى كى تكتمل شخصية الطفل ولكى تقوم علاقات صحيحة بينه وبين عالمه ، يحتاج إلى اتخاذ المخالفة كوسيلة من وسائله ، ومن هنا تبرز المعارضة أو ما نسميه "العناد" بشكل ملفت للنظر فى المراحل الحاسمة من تبلور شخصية الطفل ، وخاصة فى الثالثة والرابعة وفى مرحلة المراهقة ،

ويطلق على مرحلة الثلاث سنوات " مرحلة التحدى " فالطفل هنا عندما يدرك أن بإمكانه أن يصنع شيئا ما بنفسه يعتز بهذه الإمكانية الجديدة المتوفرة لديه ، ويحاول الاستفادة منها كما يفعل بالنسبة لكل اكتشافاته الأخرى ، ولا عجب أن يكون اختباره لإرادته عبر رفضه ما يريده منه الآخرون أيسر عليه من اختبارها عن طريق تصميمٍ شخصى من الوالدين ونجد أن تلك المرحلة كثيراً ما تزعج الأهل إلى أبعد حد ، خاصة وأنهما المرة الأولى التى يلقون منه فيها تلك المعارضة ، ليست بالسهلة على الطفل نفسه .

فهو على العكس .. فيشعر الطفل بقلق عميق وبإنعدام الأمان إذا ما أكد هكذا حريته فهو يتصرف وفقاً لإرادته الذاتية ، وفى هذا الوقت بالذات يختبر فيه إستقلاله الجديد ، ويعارض والديه ، ونراه بالمقابل يطالب بعطفها عليه أكثر من أى وقت مضى .

٢- أنه اختبار لقدراته الناشئة :

وإن مخالفة الطفل لوالديه هى بمثابة اختبار يمر به من حين لآخر ، وذلك لإمتحان مدى قدرته على السيطرة على الأشياء والأشخاص المحيطين به ، فالطفل بحاجة إلى الشعور بأنه يتمتع بقسط من السيطرة تزداد مع نموه ، لتنشأ عنده الثقة بالنفس ، ويستمد منها الشجاعة الكافية لمواجهة عقبات الحياة وصعابها ، وفى ضوء ذلك يمكن اعتبار "عناد" الطفل مقدمة طبيعية لإكتسابه الإرادة ، ويشير الأخصائى النفسى الإنجليزى هارفيلد عن فترة "العناد" التى يدخلها الطفل فى الثالثة من عمره :

" أن العناد هو المادة الخام التى عليها سوف تبنى الإرادة ، أنه مصدر التصميم ، والثقة بالنفس والحزم، والمثابرة وكل الصفات التى تكون الشخصيات القوية .

فالطفل هنا يعانى من نوعين من الصراع ، الأول صراع بينه وبين والديه من ناحية ، وصراع بين الطفل ونفسه من ناحية أخرى ، بين رغبته فى الاستقلال وحنينه إلى والديه بحيث يضمن الحياة والأمان ،وما شده عناده إلا رد فعل على شعوره بأنه لا يزال بالحقيقة ضعيفاً وتابعاً ، يحتاج إلى الحماية والأمن الذى يوفره له الوالدين .

ويتطلب ذلك من الوالدين أن يواجهوا عناد الطفل بمزيج من الحزم واللطف ، وليس بالتسلط الذى يتنكر لإرادة الاستقلال المشروع التى تدفع بالطفل إلى النمو ، ولا هو بتركه وشأنه يواجه وحده ، ودون سند أو حماية ، مهمة ترويض نزواته من أجل بناء نفسه والتكيف مع متطلبات المجتمع .

أسباب العناد السلبي :

وترجع أسباب العناد السلبى لدى الطفل إلى :

١- إهمال الوالدين له :

فقد يكون عناد الطفل تعبيرا عن شعوره بأنه لا يحظى باهتمام كافى من جانب والديه ، وقد يمارس هذا العناد محاولة منه للفت انتباههما ، لا بدافع الغرور انما ليثبت لنفسه أن له بالفعل مكانة عندهم ، خلال انشغالهم عن شخصه وسلوكه وغالباً ما يقابل الوالدين هذا بقمع سلوك الطفل ، فيندفع إلى التمادى فى عناده ، ويقدم ذلك للطفل فرصة ممتازة لتأكيد أهميته بالنسبة للوالدين .

ونجد أن الطفل إذا تعرض للضرب يكون مرتاحاً فى قرارة نفسه ، على الرغم من بكائه وصراخه إلى ما أحرزه من انتصار على الوالدين وما فرضه عليهم من اعتبار له .

٢- شعور الطفل بأنه غير محبوب كفاية :

قد يشعر الطفل بأنه غير محبوب من والديه ، وأنهم يفضلون عليه أخوه ،أو لأن نتائجه في المدرسة سيئة ، وقد يكون الطفل على خطأ في تصوراته هذه ولكنها تؤلمه وتثير عدوانه تجاه الوالدين .

٣- شعور الطفل أن رغبته في الاستقلال مقموعة :

حاجة الطفل للاستقرار تظهر في حياة الطفل منذ الثانية من عمره ، وتتزايد مع نموه ، حيث يقوم الطفل بعمل الأشياء بنفسه ، لا أن يفعلها عنه سواه مثال : الطفل في عمر السنتين يرغب أن يأكل لوحده مع أنه لا يحسن استعمال أدوات الأكل بعد ، ولكنه يصر على خوض المجازفة ليختبر قدراته وينميها ، ونجد هنا أن الأم ترفض ذلك وتتولى القيام بإطعامه . وكثيراً ما نجد الوالدين يقومان بإبراز عجز أطفالهم وقصورهم وفشلهم بدل من أن يدعموا جهود الشجاعة لدى الطفل ، ولو كانت متعثرة بالضرورة ،و التى يبذلونها بغية التعويض عن شعورهم " بالصغر " والنقص حيال الراشدين .

٤- استياء الطفل من الأوامر التى يفرضها عليه الوالدين :

فكثيراً يفرض الوالدين أوامر لا مبرر لها سوى رغبتهم الذاتية ، أو حتى مجرد الإصرار على إثبات سلطتهم .

مثال: قد يحكم الوالدين على الطفل بأنه مكروهاً عليه التسليم على أصدقاء لايعرفهم ، ولا يميل إليهم ، لمجرد أنهم راغبون في أن يقوم الطفل بذلك حتى يعتذوا به ، ويظهر أنه مهذب أمام أصدقائهم .

أو قد يريد الطفل أن يطيل السهر قليلاً في ليلة العطلة عن النوم باكراً ليتسنى له تمتع أسرع بحريته فإذا أصر الطفل في هذه الحالة على موقفه اتهمناه بالعناد .

الاعتبارات التي يجب مراعاتها لمساعدة الطفل على التخلص من العناد :

١- أن يمتنع الوالدين عن الإفراط في إصدار الأوامر :

ينبغي على الوالدين الامتناع عن الإفراط في إصدار الأوامر مكتفين منها بالحد الأدنى والضروري وذلك لكي لا يشعر الطفل بأن والديه فوق رأسه .

٢- أن لا ينهى الوالدين الطفل عن أمر إلا عند الضرورة :

ينبغي على الوالدين أن يحرصوا علىأن لا ينهوا عن أمر الطفل إلا عند الضرورة ، وليس إرضاء لنزوة لديهم ، وأن يتجنب الوالدين المتطلبات غير المعقولة والأوامر والتي إن عبرت عن شئ ، فعن رغبة الراشد بالسيطرة على الطفل ، فيقرر الطفل العصيان المبدئي بغية الإفلات من تسلط الراشد وانتقاماً مع القمع المسلط على شخص الطفل .

أما إذا كان لابد من إصدار الأمر ، فينبغي أن نتمسك به بإصرار ، لا أن نكتفي بإصداره ثم نتلهى عنه بشئ آخر ، مكتفين بترديده لفظياً ، دون إيداء أي اكتراث فعلي بتنفيذه أن إصرارانا على تنفيذ الأمر الضروري من شأنه أن يلقن الطفل حبس الانضباط وأن يمنحه شعوراً بالأمان نابعاً من الحدود الواضحة المرسومة لسلوكه ، وأن نشرح للطفل سبب الأمر أو النهي الموجه إليه .

٣- الأخذ في الاعتبار إمكانيات الطفل وفقاً لمرحلة عمره :

لابد أن نأخذ بعين الاعتبار إمكانيات الطفل فيما نطالبه به ، هذه الإمكانيات تتطور مع العمر ، ولابد من مراعاة الحيز الذي وصلت إليه كل مرحلة من مراحل النمو. فقدرة الطفل على ضبط نفسه مثلا تنمو تدريجياً بتقدم سنه ، فلا يمكن لطفل في الرابعة أو الخامسة من عمره أن نطالبه على نحو مايطالب به الراشد ، بضبط مشاعر الغضب أو الألم أو الخيبة التي تعتريه ، بحجة أنه أصبح أقدر على تمالك نفسه من طفل في الثانية .

٤- أن نراعى حاجات الطفل :

الممارسة السليمة للسلطة الوالدية تقتضي أيضاً أن نراعي حاجات الطفل فى اختلافها باختلاف العمر ، فكثيراً ما يتضايق الآباء من الحركة الدائمة التى يبديها الطفل فى الثالثة من عمره ، مع العلم بأن الطفل فى ذلك العمر بحاجة ملحة إلى اكتشاف العالم المحيط به ، وإلى اختبار قدراته ومهاراته العضلية الناشئة ، مما يكفى لتفسير حركته غير المنقطعة .

ولكن هل يعنى ذلك أنه يجب أن يسمح للطفل بكل شئ وأن لا يوضع حد لرغباته ؟ فالطفل إذا ترك لنفسه ، فيشعر بأنه ضائع فى عالم واسعة الامكانيات ، لذا فهو يطمئن إلى حدود ترسم له ، شرط أن تكون واضحة ومستقرة ، وأن نترك له بالمقابل مجالا واسعاً يمارس فيه نشاطه بحرية .. أما إذا ترك له الحبل على الغارب بموجب موقف من التحررية المفرطة فإنه يحس بهذا الموقف وكأنه تعبير عن عدم اكتراث به .

إن الطفل الذى لا يُلام أبداً ويعتقد أن كل شئ مسموح له ، يشعر بأنه غير محبوب كفاية وأن عدم حمايته ضد عشوائية نزواته يعرضه للأنانية وعدم الاستقرار وتجاهل الواقع .

٥- أن نتحاشى إصدار الأوامر الجامدة :

فينبغى عند إصدار توجيهات لأطفالنا ، أن نتحاشى أعطاؤها فى شكل أوامر جامدة تقيد الطفل ، وتشل مبادرته ، وتدفعه إلى العناد والمقاومة ، انما يجب أن نترك لهذه التوجيهات المرونة اللازمة ، كى يبقى للطفل مجال الخيار الشخصى ، وأن نترك للطفل فرصة ابداء الرأى وممارسة الخيار فيشعر من جراء ذلك أنه كائن معترف به ، وله وجود وفرديته .

٦- أن نفسح أمام الطفل مجال الاستفادة من أخطائه :

ليس المهم أن نُحكم وصايتنا على الطفل بإرغامه على القيام بما نراه مناسباً ، المهم هو أن نساعده على أن يدرك بنفسه ما هو مناسب له فعلاً ، وأن يتصرف على هذا الأساس فيتحرر تدريجياً من وصايتنا ، ويكتسب شيئاً فشيئاً القدرة على توجيه نفسه وفقاً لما يقتضيه التعقل .

وبالطبع لا يمكننا أن نسمح للطفل بإرتكاب أى خطأ كان ، فهناك أخطاء فادحة لابد وأن نجنبه إياها ولو أضطرنا ذلك إلى إستعمال الأسلوب القسرى معه ، ولكن هناك تجارب أقل خطراً وإيذاءً ينبغى أن نترك للطفل مجال خوضها ، وذلك بغية إفساح المجال أمامه لإكتساب معرفة عملية للواقع والاستفادة من أخطائه ذاتها وأن لا نبدى له أى شماته بعد وقوعه فى الخطأ ، حتى لا يتشبث بالعناد والدفاع عن قيمته وكرامته .

٧- أن نمارس سلطتنا الوالدية فى منظار حوارى :

ومن شروط الممارسة الوالدية السليمة للسلطة ، أن يأخذ الطفل على محمل الجد ، اعتباره مهماً بحد ذاته ، وليس مجرد موضوع لعملنا التربوى نكيفه حسبما نشاء ، هذا ما يؤدى إلى موقف من ممارسة السلطة " المنظار الحوارى " لأنه مبنى على اعتبار التربية لا عملاً من طرف واحد يمارسه الوالدين على الطفل ، بل عملا متبادلا يتأثر به كل من الطرفان أحدهما من الآخر ، ولو أن الدور القيادى يبقى للمربى نظراً لما يُفرض أن يتمتع به من تقدم فى الخبرة والنضج .

الخلاصـــة :

أن العناد عند الطفل يعنى تلك العلاقة القائمة بين الوالدين والطفل ، والتى يرتبط بها سلوكه إلى حد بعيد ، وأن سلوك الطفل يساهم بالمقابل فى تحديد نوعية علاقته بالوالدين وهذا ما يتشبث به العديد من الأهل فيحتجون : إذا وجدوا الوالدين يقسون على طفلهم ، فذلك لأن عناده الذى لا يطاق يستدرج الوالدين ويضطرهم إلى هذه القسوة مع الطفل .

وأن عناد الطفل يؤثر على علاقته بوالديه ،ويكشف سلوك العناد عن تأزم فى علاقته بهما والطفل الذى اعتاد أن ينال من الوالدين كل ما يتمناه تعلم أن يركز اهتمامه كله على ذاته وعلى رغباته ، وأن لا يهتم برغبات ومطالب الآخرين وحاجاتهم ، إذ بموقفهم هذا يفوت عليه فرصة التمرس على احتمال الاحباطات ،التى لا يمكن أن توفر إليه للأبد ، لأنهم ليسوا بدائمين ، ولأنه سوف يواجه أوضاعاً لن يجد فيها أحداً مستعداً للرضوخ أمام مطالبه وللانقياد إلى نزواته ، فيصبح عاجزاً عن مواجهة تحديات الوجود .

[٤] الانطوائيـة

❋❋❋❋❋❋❋❋

كثير من الأطفال يشبون منطوين على أنفسهم خجولين ، يعتمدون اعتماداً كاملاً على والديهم ويلتصقون بهم ، لا يعرفون كيف يواجهون الحياة منفردين، وتظهر هذه العيوب واضحة حتى يبلغ الطفل سن دخوله المدرسة ، في السن الذى يجب أن يتصرف فيها مستقلاً ، وأن يواجه الحياة خارج البيت والأشياء التي لم يتعودها .

ومن المفروض عندما يصل الطفل إلى هذه السن يكون قد تهيأ لأن يصبح مستقلاً ومستعداً لمواجهة المواقف المختلفة دون تردد أو خوف أو قلق وفى أحوال كثيرة تجد الأم نفسها أمام طفل خجول ، خائف متردد منطوى ملتصق بها ويمسك بطرف ثوبها ، ويعجز تماماً على أن يقف موقفاً إيجابياً فى حياته الجديدة .

أسباب الانطواء عند الأطفال :

١- قسوة الأب :

إن الأب الذى يسلك سلوكاً قاسياً عدوانياً فى البيت مع الزوجة والأولاد يسبب مخاوف غامضة للطفل ويشعره بأن من واجبه أن يكون مستعداً للدفاع عن نفسه ضد العنف والعدوانية ، لأن العراك المستمر بين الأب والأم يشعر الطفل بعدم الأمان .

٢- مخاوف الأم :

يتأثر الطفل بمخاوف الأم وقلقها الزائد عليه فتجعله يخشى أن يخوض التجارب الجديدة ، إن الأم تحب طفلها وهو أثمن ما لديها ، خاصة الإبن

الوحيد في الأسرة ، لذا تشعر الأم بأن عليها أن تحميه وأن تحول دون انطلاقه ، ولكن الحماية الزائدة تحول دون انطلاق الطفل ، كما تشعر الأم بأن طفلها سوف يتعرض للأذى في كل لحظة ، وتنقل هذا الإحساس لدى طفلها ، فيشعر الطفل بأن المكان الوحيد الذي يشعر فيه بالاطمئنان هو إلى جوار أمه ، أن مثل هذا الطفل يشعر بالخوف ، ولا يستطيع أن يعبر الطريق بمفرده ، أو يستمتع بالجرى أو اللعب أو السباحة في البحر ، إنه يتوقع في كل لحظة أن يصاب بالأذى .. فيظل منطوياً بعيداً عن محاولة فعل شئ من ذلك خوفاً من اصابته بالأذى .

٣- عدم الاختلاط بالأطفال الآخرين :

أحيانا يصل خوف الأم على طفلها إلى درجة تؤدى إلى منعه من الاختلاط واللعب مع الأطفال الآخرين ، خوفاً عليه من تعلم بعض السلوك غير المرضى ، أو تعلم بعض الألفاظ غير اللائقة ، فيصبح طفلاً منطوياً يفضل العزلة ، ويخشى الاندماج في أي لعبة مع الأطفال الآخرين ، ونتيجة لذلك يصاب الطفل بالقلق النفسى والاكتئاب والشعور بالنقص وعدم الرضا عن نفسه وعن الآخرين ، ويبدأ الطفل الشعور بالملل والضيق من الحياة ، وعدم الرغبة فيها .. وذلك يرجع إلى الانطواء الذى غرست جذوره في الطفولة المبكرة له .

٤- التهديد المستمر للطفل :

عن طريق سماعه التهديد الذى يوجه إليه بإسراف كلما أتى فعل لا يرضى عنه الوالدين ، يظنون أن التهديد يؤدى إلى النتيجة المرجوة عن طريق ما يثيره في نفس الطفل من خوف مثال: كأن تقول الأم للطفل إذا فعلت كذا سأرميك في الشارع أو أسلمك للشرطة ونجد أن الأم لا تقصد في واقع الأمر

شيئاً من هذا الذى تردده على مسامع الطفل ، ولكن الطفل يعتقد أنها صادقة ، وتعنى كل كلمة تقولها ، ومن ثم يستجيب لها على هذا الأساس ، فتكون النتيجة أن تمتلئ نفس الطفل بالخوف والانزعاج والقلق وبالتالى يلجأ إلى الانطواء لإحساسه بعدم الأمان .

علاج الانطواء :

لعلاج الانطواء عند الأطفال يتبع الآتى :

١- على الآباء تجنب القسوة فى معاملتهم والمشاحنات ، لأن ذلك يجعل الأطفال قلقين يخشون الاختلاط بالآخرين ، ويفضلون الإنطواء ، وعدم مواجهة الحياة بثقة وإطمئنان ويتحقق ذلك بتوفير الجو الهادئ للأطفال فى المنزل ، وأن لا نعرضهم للمواقف التى تؤثر فى نفوسهم وتشعرهم بالخوف وعدم الاطمئنان .

٢- على الآباء إخفاء قلقهم الزائد ولهفتهم على الطفل ، وأن يتيحوا له الفرصة ليعتمد على نفسه ، وأن يواجه بعض المواقف التى تؤذيه بهدوء وثقة .. فكل إنسان لديه غريزة طبيعية يولد بها تدفعه إلى المحافظة على نفسه وتجنب المخاطر ، فالطفل يستطيع أن يحافظ على نفسه أمام الخطر بغريزته الطبيعية التى تجعله يتمسك بالحياة .

٣- على الأم أن تتيح للطفل حياة اجتماعية مناسبة له حيث يلتقى بأبناء جيله، ويكتسب من صداقتهم له الشعور بوجوده وإنسانيته ، وأن ذلك يساعده على الإحساس بالسعادة والثقة والإنطلاق ويقيه من الانطواء والانزواء والخوف .

الخلاصة :

الشخص الذى تتاح له فى طفولته فرصة الاستمتاع بالحياة الاجتماعية السليمة وتهيأت له أسباب الاختلاط بالناس وعقد الصداقات .. مثل هذا الشخص من المستحيل بأن يصاب بالاضطراب النفسى أو العقلى حتى لو كان تعيساً فى اسرته ، فوجوده خارج المنزل بين أقرانه ومشاركته لأبناء جيله وممارسة الأنشطة المختلفة معهم يزوده بالطمأنينة النفسية التى يفتقدها فى منزله . والتربية السليمة التى توفر للطفل السعادة وتعطيه الثقة بالنفس والافتخار بما يقوم به من أعمال ، وجعل الطفل يختلط مع الآخرين ممن هم فى سنه يقى الطفل من الشعور الشديد بالانطواء .

[٥] الاكتئاب النفسى (العصابى)

❁❁❁❁❁❁❁❁

هو شعور مؤقت بالحزن ويعتبر استجابة مناسبة لحدث محبط ، أو هو الشعور العميق بالحزن والعجز الذى يمر به بعض الأفراد بعد فقد عزيز أو حبيب ، والاكتئاب النفسى أكثر شيوعاً بين الناس وهو شائع الظهور بين الأطفال الصغار ، فيمكن أن نلمسه من خلال شكواهم بأنهم يحسون بوعكة صحية بدون أسباب أو أعراض مرضية واضحة ، والأطفال الصغار المكتئبين غالباً ما ينامون والدموع فى عيونهم لعدم تلبية الوالدين لرغباتهم ، والتى تتعارض مع رغبات الكبار .

أسباب الاكتئاب النفسى عند الأطفال :

١- يرجع الاكتئاب إلى عوامل بيئية خارجية ، وتلعب الوراثة دور قليل .

٢- التوتر الانفعالى والظروف المحزنة والخبرات الأليمة مثل موت أحد الوالدين أو الجد المحبوب .

٣- الحرمان والخوف من فقد أحد الوالدين أو كلاهما .

٤- الضغط المبالغ فيه فى الدراسة للتفوق .

٥- الخوف من مدرس معين لقسوته أو لسوء معاملته للتلميذ .

٦- الخوف من الأذى من الأطفال الآخرين الأقوياء . أو التنافس مع الأخ أو الأخت أو مع الزملاء فى المدرسة .

٧- الضغوط الأسرية والمشاحنات الوالدية .

مظاهر الاكتئاب النفسي عند الأطفال :

إن إكتئاب الطفل يستدل عليه بالأعراض التالية :

أ - الأعراض الجسمية :

- فقدان الشهية ورفض الطعام .
- انقباض الصدر والشعور بالضيق .
- الصداع والتعب لأقل مجهود .
- النوم المضطرب كالفزع الليلي والكابوس .

ب- الأعراض النفسية :

- الانطواء والانسحاب والوحدة والعزلة والصمت .
- البكاء لأقل سبب .
- فقد الاهتمام بالحياة ، وبالمشاركة مع الآخرين .
- الابتعاد عن المواقف المؤلمة بالهروب بعيداً .

الوقاية من الاكتئاب :

- أفضل وسيلة لتجنب الاكتئاب في الطفولة ، هى أن نوفر للطفل الاحساس والشعور فى الطفولة بالانتماء ، والحب ، والأمن ،والترابط الأسرى الذى يبعث فى نفسه الثقة بالنفس ، والشعور بالهناء .
- ينبغى أن توفر الأسرة للطفل المناخ الهادئ الذى يشعر فيه بالحب والاحترام والتقدير ، والحنان ولذة النجاح .
- تجنب نبذ الطفل ، فالطفل المنبوذ ، يرى المدرسة كأنها مكان ملئ بالعداء وعدم الصداقة، ولهذا لا يستطيع الطفل إعطاء الحب فيما بعد فى مستقبل حياته ، لأن فاقد الشئ لا يعطيه ، واحساس الطفل بالكراهية يؤدى إلى

سلوك مناهض للمجتمع ، ويؤدى أيضاً إلى الانحراف فى صوره المختلفة ، ومن أهم أهداف العلاج النفسى تعديل هذا الاحساس وتغييره وتغيير هذا السلوك.

الخـلاصــة :

إن الاكتئاب النفس للطفـل يحدث نتيجـة للأحداث المؤلمـة بحـزن أكبر ممـا يستجيب لها الطفل العادى لمثل هذه المواقف ، كما أنه يفشـل فـى التخلـص من أحزانه فى فترة زمنية معقولة ، وفقد الطفل لشخص عزيز أو الهجر ، وفقده الشعور بالحب والأمن والانتماء والترابط الأسرى ، ونبذ الطفل دائمـاً كلها أحداث تعجل بحدوث الاكتئاب النفسى ، ولأن اكتئاب الطفل دائم التغيير فنجد أنه فى حالة الأطفال صغار السن (ما قبل المدرسة) تظهر أعراض الاكتئاب فى صور نفسيه جسمية ، وفى سن أطفال المدرسة الابتدائية تظهر اضطرابات نفسية وجسمية وفـى أشكال متعددة منها التبول اللا إرادى ، والخوف من المدرسة ، والسرقة ، والكذب والعدوانية ، والتأخر الدراسى ، وعدم التركيز ، واضطراب القولون .

[٦] القلق النفسى

❋❋❋❋❋❋❋

القلق النفسى بصفة عامة : هو خبرة انفعالية غير سارة يعانى منها الفرد عندما يشعر بخوف أو تهديد من شئ دون أن يستطيع تحديده تحديداً واضحاً . أو هو حالة توتر شامل مستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلى أو رمزى قد يحدث ، ويصحبها خوف غامض ، وأعراض نفسية جسمية مثل ازدياد معدل التنفس ، الشعور بالاختناق ، الاكثار من التبول ، عدم النوم العميق ، وازدياد عدد ضربات القلب ، فقدان الشهية .

<u>أنواع القلق النفسى :</u>

١- القلق الموضوعى (العادى)

يكون مصدره خارجياً وموجوداً فعلاً ، وهو قلق محدد يدرك الفرد أسبابه ودوافعه ويظهر على صورة خوف مثال : الطالب الذى يهمل دروسه وينغمس فى اللعب طوال العام الدراسى فيخاف موعد قرب الامتحان ، والطفل الذى يشعر بالجوع وأعلن عن ذلك بالبكاء ، ثم لم يقدم له طعامه فإنه يستمر فى بكائه فترة من الوقت ، فيشعر بأنه مهمل ولا أحد يهتم به وهو شعور يبعث فى نفسه الانزعاج والقلق ، والقلق العادى يزول بزوال السبب .

٢- القلق العصابى (عُصاب القلق)

وهو داخلى المصدر وأسبابه لاشعورية مكبوتة غير معروفة ولا مبرر له ، ولا يدركه المريض ويرجع إلى الصراع النفسى ، ولا يزول بزوال السبب ولكنه يحتاج إلى العلاج النفسى ، وقد يظهر فى صورة مخاوف مرضية

(فوبيا الخوف) ، كالخوف من الأماكن المغلقة ، أو الخوف من الحيوانات أو الحشرات ، ونجد هنا أن الفرد غير قادر على التوافق مع الآخرين .

٣- القلق الثانوى :

الذى يصاحب الأمراض النفسية ، كعرض من أعراض الاضطرابات النفسية، مثال مرض الوسواس القهرى .

أسباب القلق النفسي عند الأطفال :

من أكثر الأسباب شيوعاً لقلق الأطفال :

أ - **التهديد المستمر للطفل :** وذلك عن طريق سماعه التهديد الذى يوجه إليه بإسراف كلما أتى أمراً لا يرضى عنه ، فتكون النتيجة أن تمتلئ نفس الطفل بالخوف والانزعاج والقلق .

ب- **تكرار تعرض الطفل لمواقف الخوف والخطر :** فيصبح القلق والخوف من مكونات الشخصية ، ويحدث ذلك عندما يكون أحد الأبوين قاسياً أو كارها للطفل ، يعاقبه ويهدده كثيراً بدرجة تجعل الطفل فى خوف دائم .

ج - **إذا كان أحد الأبوين مصاباً بالقلق :** ينتقل القلق إلى الأطفال نتيجة لتصرفات الأم أو الأب المضطرب .

د - **إذا تعرض الطفل إلى صعوبات متكررة فى الحياة أو فشل فشلاً متكرراً دون أن يجد من يساعده ويوجهه .**

هـ- **يحدث القلق فى مواقف الصراع اللاشعورى :** فكثيراً ما يجد الطفل نفسه غير قادر على تحقيق الكثير من احتياجاته ، فيكبت هذه الحاجات غير المشبعة فى اللاشعور ، وقد ربط فرويد بين القلق ووجود عقدة أوديب أو عقدة الكترا.

مظاهر القلق النفسي عند الأطفال :

أ – **البكاء :** من أكثر الوسائل شيوعاً في تعبير الطفل عن القلق سهولة البكاء وكثرته ويستمر فيه فترة أطول مما ينتظر .

ب – **كثرة الحركة وعدم الاستقرار :** أن الطفل القلق دائم الحركة دون أن يكون لهذه الحركة هدف واضح ، كما هو في نشاط الطفولة عادة .

ج– **اضطراب تناول الطعام :** تقل شهية الطفل للطعام ، كما يضطرب هضمه فيصاب بالإمساك ، وقد يصاب أيضاً بقيئ لا يرجع إلى سبب عضوى ، ويكون سببه حالة الطفل النفسية التي يغلب عليها القلق .

د – **اضطراب النوم :** الطفل القلق ينام نوماً عميقاً كعادة الأطفال ولكنه كثير الحركة ، وأحيانا تنتابه نوبات فزع " الكابوس الليلى " ، وهذه كلها تعتبر من مظاهر القلق النفسي للطفل التي تحاول أن تجد لها مخرجاً في أثناء النوم .

هـ– **أعراض جسمية :** يظهر القلق النفسي في الأيدى المرتعشة البادرة المبتلة بالعرق ، وفي إستمرار عادة مص الأصابع ، وقرض الأظافر .

و – **اضطراب سلوك الطفل :** قد يدفع القلق إلى هدوء غير طبيعي ، فيضرب الطفل عن اللعب ويميل إلى الإنزواء ، ويبدو وكأنه مهموم وغير مستمتع بالحياة ، وقد يدفعه القلق بأن يكون كثير الحركة ، غير مستقر كثير الأخطاء في تصرفاته مما يعرضه للعقاب فيزداد قلقه وتزداد حالته غير المستقرة بالتالى .

علاج القلق :

لعلاج القلق عند الطفل يجب اعطاؤه الحب بسخاء وإشعاره بأنه موضوع التقدير والقبول واتاحة الفرصة للطفل لكي يكون آمناً سعيدا .

الوقاية من القلق النفسي للطفل :

يتوقف ذلك على دور الوالدين لتجنب إصابة أطفالهم بالقلق ويتمثل في :

- العمل على توفير المحبة والاهتمام والرعاية ، وتشعر ذلك بالأمن والإطمئنان الذى هو الأساس في القضاء على المخاوف والقلق .
- على الوالدين أن يمنحوا أطفالهم الحب والحماية دون إفراط أو تفريط كى يكون لديهم الفرصة للاعتماد على أنفسهم .
- العمل على تشجيع الأبناء على أن يثقوا بأنفسهم وعلى أن يواجهوا مشكلات الحياة بشجاعة وواقعية .
- العمل على مساعدة أطفالهم على فهم ما يحيط بهم من المواقف التى تتطلب منهم حلاً ، وكثيراً ما يعجزون عن التكيف لها لقلة خبرتهم بالحياة .

الخلاصة :

أن جميع الأطفال يشعرون بالقلق ، فهم يواجهون مشاعر ومواقف غريبة جديدة ، تتطلب وقتاً حتى تصبح مألوفة لهم ، كما أن لهم رغبات يعجزون عن اشباعها لقصور نضجهم الفسيولوجى وينتابهم نوبات قلق عنيفة عندما يتعرضون لمواقف انفعالية مؤلمة أو صدمات وتجارب مريرة فيشعرون بالألم والاكتئاب ، فينبغى على الوالدين عرض طفلهما على طبيب نفسى قبل أن يستفحل الألم ويزداد القلق ويتعقد ويصعب علاجه .

[٧] الخوف

❋❋❋❋❋❋❋❋

الخوف انفعال شائع ، تثيره مواقف عديدة ، ويأخذ أشكالاً متعددة الدرجات ، فقد يصل إلى مجرد الحذر ، أو إلى الهلع والرعب ، ويعتبر الخوف إحدى القوى التى قد تعمل على البناء أو على الهدم فى تكوين الشخصية ونموها ، فإذا سيطر العقل على الخوف أصبح هذا من أعظم القوى نفعاً للمجتمع وأصبحت له قيمة بنائية فائقة .

ويتساءل كثير من الآباء والأمهات – هل الخوف يتعلمه الأطفال أم هو فطرى ؟

وللإجابة على هذا السؤال نقول إن الخوف بصفة عامة أمر طبيعى وضرورة من ضرورات الحياة يحس به كل إنسان فى حياته ، بل وجميع الكائنات الحية تخاف أيضاً ، فالحيوان والإنسان يخافان فى المواقف التى تهدد بالخطر ، وهو أحد الانفعالات الأولية البدائية الفطرية التى زود الله سبحانه وتعالى بها الإنسان ليحمى نفسه وليأخذ حذره من مخاطر الحياة ، بل والحيوان أيضاً ، ومع ذلك يتعلم الإنسان المخاوف من تجاربه التى تزوده بها بيئته التى يعيش فيها (أى يتضمن جانب مكتسب أيضاً).

مخاوف الأطفال وتكوينها :

١– الطفل فى السنة الأولى إذا ترك دون طعام مدة طويلة ظهر عليه ما يبدو حالة الفزع فيصرخ ، ويحرك ذراعيه ، وساقيه بطريقة عشوائية ، والمثيرات الأولى للخوف عند الطفل هى الأصوات العالية والشعور بالوقوع من مكان مرتفع خصوصاً عندما تكون الأم بعيدة عنه .

- ثم يتطور الخوف تبعاً لمراحل نمو الطفل فيخشى الغرباء ، وذلك فى الشهر الخامس من عمره ، فيكتشف اختلاف الغرباء عن وجه أمه وأبيه وغيرهما ممن يلعبون دوراً هاماً فى حياته .
- ومع تقدم نمو الطفل تزداد مثيرات الخوف ، وتختلف فى النوع ففى السنة الثانية وحتى الخامسة يفزع الطفل من الأماكن الغريبة ، ويخاف الحيوانات والطيور التى لم يألفها .
- ويلعب الظلام دوراً هاماً رئيسياً فى خوف الطفل ، فهو يخشى قدوم الليل لأنه مرتبط فى ذهنه بقوى فوق الطبيعة لا يقوى عقله على فهمها ، كما يخاف تكرار الخبرات المؤلمة التى مر بها كما فى حالة الخوف من الأطباء والعمليات الجراحية ، وكذلك أطباء الأسنان .
- ويخاف الطفل أيضا مما يخاف منه الكبار كالخوف من الرعد والبرق الذى يكتسبه عن طريق سلوك الخوف الذى يبدو عند الآباء أو الزملاء .
- وفى سن ما قبل المدرسة يتخيل الطفل أشياء ومواقف لا وجود لها مثل الخوف من العفاريت والأشباح والجن ، ويتمثل هذا بوضوح فى بعض قصص الأطفال والكتب مثل هذه الصورة الغريبة التى نعلمها لأطفالنا فى بعض مجلات وكتب الأطفال لها أكبر الضرر على نفسية الطفل ، وقد تدفع به إلى المخاوف الشديدة الخرافية .
- أما طفل المدرسة الابتدائية فإنه يخاف عادة من الأمور الآتية : المخاطر التى يتعرض لها فى الحياة اليومية ، كاقتراب سيارة مسرعة منه وهو سائر فى الطريق ، وهو لذلك يقفز على الرصيف تفادياً للخطر ، كما أنه يخاف من الظلام ، ومن الأشباح واللصوص والحيوانات المفترسة الغريبة .

أنواع الخوف :

تختلف وتتنوع المخاوف من مجرد الحذر إلى درجة الرعب والفزع ، وقد تترسب هذه المخاوف في اللاشعور وتصبح مخاوف مرضية تؤثر في سلوك الفرد وتدفعه لأن يبدى أنواعاً من السلوك الشاذ .

وهناك نوعان من المخاوف :

١- المخاوف الموضوعية (العادية)

وهى الأكثر شيوعاً عند الأطفال مثل الخوف من الرعد والبرق ورجال الشرطة والأطباء ، والحيوانات ، والأماكن العالية ، والخوف من الأشياء الجديدة الغريبة .فقد يخاف الطفل من مقابلة الغرباء ، وقد يخاف الظلام أو الكلاب أو النار أو الحيوانات غير المستأنسة مثل الأسود والنمور والثعابين ، كذلك يخاف من أشياء خيالية يتحدث عنها الكبار مثل الأشباح والقردة .. كذلك يخاف من اختيار مدرس أو امتحان يؤديه ويخشى الرسوب فيه ، فالطفل بطبيعته يميل إلى المبالغة والتضخيم من هذه المخاوف ، لخصوبة خياله ، ولكن هذا النوع من المخاوف سرعان ما يزول بنمو الطفل وتعرفه على هذه الموضوعات الطبيعية .

٢- المخاوف المرضية (الرهاب) PHOBIA

وهى مخاوف غامضة لا يعرف الفرد أسبابها لأنها أصبحت في دائرة اللاشعور ، ولا تستند إلى أساس واقعي ، ولا يمكن التخلص منها أو السيطرة عليها ، فقد تكون أسبابها خبرات مؤلمة أو حوادث مفزعة مرت بالطفل خلال طفولته المبكرة ، فتظهر أعراضها عندما يتعرض الفرد لموقف مثير شبيه بالموقف الذى مر به ، فيبدو على الفرد التوتر والاضطراب دون أن يدرى سبب هذا الخوف وهناك فرق بين الخوف (العادى) وبين الخوف المرضى :

الخوف العادى :

غريزة وهو حالة يحسها كل إنسان فى حياته العادية حين يخاف مما يُخيف : حيوان مفترس حين يشعر الإنسان باقترابه ينفعل ويخاف ويقلق ويسلك سلوكاً ضرورياً للمحافظة على الحياة هو "الهرب " فالخوف العادى هو خوف موضوعى أو حقيقى (خطر حقيقى).

أما الخوف المرضى :

فهو خوف شاذ ودائم ومتكرر ، ومتضخم مما لا يخيف فى العادة ، ولا يعرف المريض له سبباً مثال الخوف المرضى من الموت أو العفاريت .

وينشأ الخوف المرضى من التجارب القاسية المؤلمة التى يتعرض لها الطفل ولا يقوى على احتمالاها .. فعندما يفزع الطفل الصغير من الكلب فزعاً شديداً فيعنى ذلك أن الكلب ارتبط فى عقل الطفل بذكرى مؤلمة كأن يكون الكلب عض الطفل أو نبح فى وجهه نباحاً شديداً .. وقد ينتقل الخوف من الكلب نفسه إلى الخوف من المكان الذى اعتدى الكلب فيه على الطفل .

مظاهر الخوف عند الطفل :

يكون الخوف مصحوباً بالصراخ ،و البكاء ، أو الصياح المصحوب برعشة ، وقد يكون مصحوباً بالعرق ، وسرعة دقات القلب ، واضطراب الكلام ، وقد يصاحبه التبول اللاإرادى ، وهو يؤثر على نمو الشخصية ، وعلى أداء الشخصية وعلاقاته بالآخرين .

أسباب مخاوف الأطفال :

١- قد يكون أسباب المخاوف خبرات مؤلمة ، أو حوادث مفزعة حدثت للفرد فى طفولته المبكرة أو فى خلال أى فترة من حياته وكبتت هذه الحادثة أو الخبرات فى اللاشعور فتسبب للفرد العقد النفسية والمخاوف المرضية .

٢- استماع الطفل إلى قصص مخيفة عن الحيوانات المفترسة ، والفيلة التى تظهر فى الظلام ، كذلك رؤية الطفل للأفلام المرعبة التى يراها فى السينما أو على شاشة التليفزيون مثل القصص المفزعة تؤرق الطفل فيحس بالخوف .

٣- غياب الأم المتكرر وتركها للطفل فترات طويلة مما يشعره بفقدان السند، مما يهدد شعوره بالأمن فينتج عن ذلك مخاوف متعددة .

٤- تأثر الطفل بمخاوف الآخرين ، فتنتقل عدوى الخوف عندما يرى طفلا آخر خائفاً ، ويكون الخوف أكثر شدة عندما يرى الكبار يخافون ، مما يوحى إليه بوجود خطر يحيط به لا يستطيع الكبار تفاديه .

مثال : خوف الأمهات من الحيوانات ، ومن الظلام ، ومن الصراصير ينتقل إلى الطفل بالإيحاء والمحاكاة .

٥- حرص الوالدين الشديد على الطفل وعلى حياته ، وكثرة التهديدات التى توحى بالخوف تثبت عند الطفل مشاعر الخوف ، فكثير من الآباء يكثرون من التحذيرات التالية : لا تنظر من النافذة .. سوف يخطفوك اللصوص إذا خرجت من المنزل ، سوف تدهمك سيارة إذا عبرت الشارع . إذا أكثرت من شقاوتك سنخرج ونتركك ونقفل عليك الباب .

مثل هذه التحذيرات والتهديدات المتكررة التى لا يكف الآباء عن ترديدها كل يوم كفيلة بترسيب مشاعر الخوف عند الأطفال ، وتترك هذه التحذيرات الكثير من القلق والمخاوف ،وفقدان الشعور بالأمن ، وتوقع المخاطر والتردد والشك وعدم الاقدام ، مما قد يؤثر على كفاية الفرد وقدرته على العمل والانتاج فى المستقبل .

علاج مخاوف الأطفال :

١- إمتناع الآباء والكبار عن السخرية من مخاوف الأطفال ، فلا يجب أن يتهم الطفل بالجبن والغباء ، إذا ما أبدى شعوراً بالخوف ، بل يجب تبصير الطفل فى هدوء بأن مثل هذه المخاوف أمور عادية يمر بها كل طفل ، وأن نبث فى نفسه الطمأنينة .

٢- تشجيع الطفل للتحدث عن تجاربه وخبراته كما يشاء ، لأنه كلما تحدث عن بعض خبراته المخيفة أصبحت هذه الخبرات أكثر ألفة .. حتى لا يكبت هذه الخبرات فى اللاشعور ، ومن الخطأ أن نقول للطفل " أنسى هذا الموضوع المخيف ، أو " فكر فى شئ آخر ".

٣- إعطاء الطفل الشعور بالإطمئنان والحماية ، ولا بأس بأن نجعله أكثر تعرفاً للشئ الذى يخيفه مثال : إذا كان الطفل يخاف الظلام فلا بأس بأن تداعبه بإطفاء النور ثم اشعاله - وإذا كان يخاف الماء نسمح له بأن يلعب بقليل من الماء فى إناء صغير كما نجد أن الطفل يقل خوفه من شئ معين عند رؤيته أطفالاً آخرين لا يخافون منه - مثال : إذا كان الطفل يخاف من القطة ويبكى بشدة عند رؤيتها - فلا فائدة من اقناعه بأنها غير مخيفة ولكن مشاهدته لأطفال آخرين أو لأخوته يلعبون بها يخفف من خوفه منها بالتدريج .

٤- عرض حالات مخاوف الأطفال المرضية على الطبيب النفسي لدراستها ورسم خطة العلاج لها .

الوقاية من الخوف عن الأطفال :

يمكن أن نقى أطفالنا من الخوف باتباع الآتى :

- يجب أن يكون سلوك الآباء متزناً وهادئاً خالياً من الفزع فى أى موقف من المواقف ، خصوصا إذا مرض الطفل أو أصابه مكروه . لأن فزع الآباء ينقله الطفل إلى نفسه عن طريق الإيحاء والمحاكاة .. كما أنه يتعلم الاستجابة لمواقف الحياة بنفس الأسلوب الذى يقابلها به الآباء .
- يجب أن نوفر للطفل الجوّ العائلى الذى يتصف بالهدوء والثبات لأن الاضطراب العائلى يزعزع ثقة الطفل فى نفسه .
- فعلينا بازاء الخوف من الأطفال أن نمنع الانفعالات من أن تنمو نمواً لا نظام فيه ، دون أن يكون لها مثير صحيح أو سبب مناسب ، وأن نصون العناصر البنائية للخوف حتى تحفظ الطفل من الخطر الجسمى أو سخط المجتمع أو نبذه إياه .
- يجب تربية روح الاستقلال والاعتماد على النفس فى الطفل كلما أمكن ، مما يساعد على تكوين الثقة فى النفس ، مع اشعاره بالتقدير وعدم السخرية منه لأى سبب كان ، مع الابتعاد عن المقارنة بينه وبين أخوته أو أقرانه بقصد تحميسه للجد والاجتهاد .
- يجب إحاطة الطفل بجو من الدفء العاطفى والمحبة ، ليشعر بالأمن والطمأنينة ، على أن يتسم العطف والحنان بالحزم بدرجة معقولة ومرنة .
- إذا صادف الطفل ما يخيفه أو يزعجه ، لا نساعده على نسيانه ، فالنسيان يدفن المخاوف فى النفس ، ثم يصبح مصدر للقلق والاضطراب النفسى ، ولكن يجب أن نتفاهم مع الطفل ونوضح له الأمور ، مما يجعله يهون على

To: www.al-mostafa.com

نفسه ، كما يجب دائماً الرد على أسئلته بالقدر الذى يطمئنه ويشبع فضوله المحدود .

- يجب إبعاد الطفل عن مثيرات الخوف كالمآتم والروايات المثيرة لإنفعال الخوف وحمايته من الحكايات والخرافات السائدة فى المجتمع عن الغولة والجن والعفاريت وذلك بأن نوضح له بأن هذه الأمور خيالية وخرافية لا يصدقها إلا الجهلاء من الناس .

الخلاصة :

الخوف هو انفعال طبيعى أو مرضى ، يأخذ أشكالا متعددة الدرجات ، فقد يصل إلى مجرد الحذر أو الهلع والفزع ،وكلما كانت درجة الخوف عند الطفل فى الحدود المعقولة كان سوياً يتمتع بالصحة النفسية ، وأمكنه أن يسيطر بعقله فى الكبر على مخاوفه ، أما إذا كانت درجة الخوف كبيرة وتخرج عن المألوف لدرجة يتعذر معها السيطرة عليها ، فإن الطفل يصاب بالاضطراب النفسى .

[٨] الغيــرة

❁❁❁❁❁❁❁

الغيرة مزيج من الانفعالات المختلفة كالخوف والغضب والحقد والشعور بالنقص وحب التملك ، وتسبب الغيرة كثيراً من مشاعر الصراع شديدة الخطورة على الجوانب الاجتماعية للفرد وهي تنطوى في جوهرها على كره شخصي لشخص آخر من أجل علاقة الإثنين بشخص ثالث أى تتكون من ثلاثة أشخاص على مسرح الأحداث النفسية .

١- الشخص الذى يغار .

٢- الشخص الذى يغار عليه أو من أجله .

٣- الشخص الذى يغار منه .

ويغار الفرد عندما يرى الناس يفضلون غيره عليه ، فالأب الذى يحابى أحد أطفاله يغيظ أطفاله الآخرين فيغارون منه أخيهم وقد يلحقون به أذى كثيراً .

وقد صور القرآن الكريم انفعال الغيرة فى قصة سيدنا يوسف وشدة غيرة إخوته منه إلى الحد الذى أرادوا قتله ويظهر ذلك فى قوله تعالى " اقتلوا يوسف أو اطرحوه أرضا يخل لكم وجه أبيكم وتكونوا من بعده قوماً صالحين ". سورة يوسف : الآية (٩) .

وتظهر الغيرة فى حالات ميلاد أخ أو أخت للطفل الصغير، فيجد الطفل الأكبر أن أمه قد انشغلت عنه ، واهتمت بالمولود الجديد ، والذى يعتبر دخيلاً على الأسرة من وجهة نظر الطفل الأكبر ، وتزداد حدتها عندما يتقدم الطفل الأصغر فى السن فيرى الأكبر أن الوالدين يسارعان دائما للدفاع عنه ، ويؤنبانه هو ، فهو يعاقب على أشياء يسمح بها لأخيه الأصغر ، وتظهر

الغيرة بين الطفل الأصغر وبين الأخ الأكبر، فيشعر بالغيرة منه عندما يبدأ الأخ الأكبر فى الذهاب إلى المدرسة ، وبخاصة إذا كان يصحبه إلى المدرسة أحد والديه .

الغيرة وتكوينها عند الطفل :

تبدو قيمة الشعور بالغيرة فيما بين ٣-٦ سنوات ، وهى المرحلة التى يعيشها الطفل تجاه الأب من نفس جنسه فى المرحلة الأوديبية ، حيث يتجه الطفل الذكر بحبه الشديد تجاه الأم ، وبمشاعر الغيرة والتنافس تجاه الأب (عقدة أوديب) وتتجه الطفلة بحبها الشديد تجاه الأب ، وبمشاعر الغيرة والتنافس تجاه الأم (عقدة الكترا) ، ويبدأ الطفل عملية التوحد مع الأب (تعيين ذاتى) من نفس جنسه ، والطفلة تبدأ عملية التوحد مع الأم (عقدة الكترا) ، وهنا يبدأ التنميط الجنسى ، حيث يتحدد من الناحية السيكولوجية للطفل الذكر والطفلة الأنثى .

ويرى المحللون النفسيون أن هذه المرحلة من أهم مراحل النمو فى حياة الطفل ، حيث تتحدد خلالها البنية الأساسية للشخصية .

مظاهر الغيرة عند الأطفال

تعبر الغيرة عن نفسها بما يشبه الغضب ، وتختلف عن الغضب فى أنها دائماً تتجه نحو شخص ما ، الشخص الذى يظن الطفل أنه احتل مكانته فى قلب أمه أو قلب من يحب.

- وتزداد حدة الغيرة عندما يدرك الطفل أنه قد ترك أخاه الصغير فى المنزل يتمتع وحده باهتمام وعطف وحنان أمه ، بينما هو فى مدرسته ، ولذلك فهو غاضب ثائر يريد أن تكون أمه له وحده لا يقاسمه فى حبها طفل آخر .

- وينتقل الشعور بالغيرة عند طفل المرحلة الأولى إلى زملائه ، وخاصة الذين يتمتعون بشهرة واسعة أو بنجاح مرموق فى التحصيل أو فى النشاط الرياضى ، فيكثر شجاره معهم ويتجاهلهم ليشعرهم بمدى حقارتهم ، وقد يلجأ الطفل إلى الكذب أو الغش كوسيلة للتنفيس عن مشاعره الدفينة .

لذا فالغيرة انفعال معقد وليس بالبسيط ، وهى تأخذ صوراً متباينة مثل الغضب والعدوان والتخريب وقد تؤدى بالسلوك إلى النكوص فى الطفولة المبكرة ، فتتحول مظاهره إلى مص الأصابع وقضم الأظافر والتبول اللاإرادى والعدوان ، ومحاولة إثارة الاهتمام بالامتناع عن الطعام والتظاهر بالمرض والخوف ، والعودة إلى لغة الطفولة ، وتعبيرات الطفل الصغير ، فالطفل الغيور لا يشعر بالسعادة كبقية الأطفال لأنه يعتقد أنه قد فشل فى الحصول على الحب والرعاية من الوالدين فى الوقت الذى حصل فيه شقيقه مثلاً على هذا الحب والرعاية من الوالدين .

وهذا الشعور بالفشل يؤدى إلى انعدام ثقته فى نفسه ، ويؤدى فيما بعد إلى الشعور بالخجل فيصبح الطفل خجولاً ، لا يستطيع مواجهة المواقف ، ويثور لأقل سبب ، حتى يهرب من المواجهة ولا يميل إلى التعاون أو الأخذ والعطاء، ويصبح أنانياً يهتم أكثر بحقوقه ، ويميل إلى الانزواء والتشاجر والإيقاع بغيره .

أسباب الغيرة عند الأطفال :

١- ترجع الغيرة إلى ضعف الثقة بالنفس : فالطفل يشعر بضعف الثقة بينه وبين من حوله ، فيكون عاملا مساعدا على ظهور الغيرة فى الوقت المناسب ، وأشد أنواع الغيرة هو ما ينشأ من الشعور بالنقص المصحوب بعدم إمكان التغلب عليه ، كنقص فى الجمال أو نقص فى القدرة الجسمية

أو العقلية ، لهذا نجد أن المعرضين للشعور بالنقص معرضـون أيضـاً للشعور الشديد بالغيرة .

٢- ميلاد طفل جديد في الأسرة : الطفل الأول في الأسرة تجاب له كل طلباته ويسترعي في العادة انتباه الجميع ، ويشعر بأن كل شئ له ، ولكن الذي يحدث عند ميلاد طفل جديد في الأسرة تتوقف هذه العناية التي كانت تغدق عليه من الكبار ، وتتجه إلى المولود الجديد ، هذا التغيير قد يترتب عليه فقد الطفل في أسرته ... ولاسيما أمـه ،وفقد الثقة في نفسه ويتجه إلى كراهية أسرته والميل إلى الانتقام منها أو بالإتجـاه إلى سلوك يترتب عليه جذب العناية إليه مرة أخرى ، كالبكاء أو التبول اللاارادى أو المرض ،وكلما كثرت الامتيازات التي يأخذها الطفل زادت الغيرة عند إنقاصها منه واعطائها إلى طفل آخر ، ويظهر ذلك في الطفل الأول في الأسرة أو الطفل الصغير أو الطفل الوحيد أو الذكر الطفل .

٣- المقارنة السيئة بين الأخوات : وهذا يلاحظ دائماً فقد تعجب الأم بأحد أبنائها فتجعله مضرب المثل دائماً ، فأى ابن آخر أخطأ تنبهه إلى أن أخاه المفضل لا يفعل فعله وهو أحسن منه ويؤدى ذلك إلى الشعور بالعداء بين الأخوة ، بل ويؤدى إلى القلق النفسي والعصيان ، وعدم الثقة بالنفس .

وإذا اشتد الحسد بالطفل واستمر لمدة طويلة دون علاج فإنه قد يؤدى إلى احداث آثار سيئة ثابتة في شخصيته فقد يصاب بمركب نقص أو الأنانية أو حب التعدى على الآخرين طيلة حياته .

٤- التميز الواضح في الأسرة بين الابن والبنت : تخلق هذه المعاملة الغرور في الأبناء ، وتنمي عند البنات غيرة تكبت وتظهر أعراضها في صور أخرى في مستقبل حياتهن ككراهية الرجال عادة ، وعدم الثقة بهم .

٥- إغداق امتيازات كثيرة على الطفل المريض : كإهدائه باللعب وإعطائه النقود والحلوى ، وغير ذلك مما لا علاقة له بعلاج المرض نفسه ، وهذا يثير الغيرة فى الأخوة الأصحاء ، وتجعلهم يتمنون المرض ، وكراهيتهم للأخ المريض .

٦- تدليل الطفل بواسطة الوالدين حتى يصبح التدليل السمة الرئيسية لشخصية الطفل ... وبالتالى فهو يغضب من الآخرين الذين لا يدللونه .. ومن ثم لا يتوافق اجتماعيا مع هؤلاء الآخرين .

٧- قد يرجع الغضب إلى الإصابة بإحدى العاهات مع استحالة علاجها .

علاج الغيرة عند الأطفال :

فيكون بإزالة أسبابها ، كعدم معاملة الأخوة إلا بشكل متساوى، وببث الثقة فى نفس الطفل ،وعدم الإفراط فى تدليله حتى لا يشعر بالغيرة إذا اتجهت العناية إلى غيره وفى الوقت نفسه يتجه العلاج إلى الوالدين بإرشادهم إلى كيفية معاملة الطفل كى تزول مظاهر الغيرة التى تظهر على الطفل من الناحية الانفعالية والسلوكية .

ولتجنب الغيرة عند الأطفال يجب على الوالدين اتباع الآتى :

١- لا ينبغى مواجهة غضب وعدوان الطفل ، بغضب وعدوان الأب أو الأم، وإنما بالتوجيه والإقناع والإرشاد .

٢- المساواة فى المعاملة بين الابن والابنة ، لأن التفرقة تثير الغيرة وتؤدى إلى الشعور بكراهية البنات للجنس الآخر فى المستقبل .

٣- أن يهيأ الوالدين الطفل لاستقبال أخ جديد ، وأن يحكيا له قصصاً حول تعاون الأخوة وتبادل اللعب بينهم ، وصحبة الأخ لأخيه أو لأخته فى الرحلات .. مما يجعله يشعر بالمميزات التى سوف يحصل عليها من قدوم شقيق جديد له ، وأن يوضحا له أنه الأكبر وهو الأقدر والأقوى ،

وأن هذا المولود الرضيع يحتاج إلى مساعدة الجميع له ، كما يمكن للوالدين أن يتعمدا ترك المولود الصغير تحت رعاية شقيقه الأكبر لفترة محدودة ، وأن يكون ذلك تحت الملاحظة غير المباشرة من جانبهما ، وهكذا تخف مشاعر الغيرة لدى الطفل الأكبر ، وتحل محلها مشاعر تقبل المولود الجديد .

٤- يجب على الوالدين اعتبار أن لكل طفل شخصية مستقلة لها مزاياها واستعداداتها الخاصة بها ، فإذا نجح طفل فى عمل ما يجب أن يشجع ولا يقارن بغيره ، ونجد أن كل طفل مهما خاب له ناحية طيبة يمكن كشفها والاعتزاز بهاء وبهذا يمكن أن يزول الشعور بالخيبة المؤدى إلى شعور بالنقص .

٥- عدم اغداق امتيازات كثيرة للطفل المريض ، فإن هذا يثير الغيرة فى الأخوات الأصحاء ، وتبدو مظاهره فى تمنى المرض وكراهية الطفل المريض .

الخلاصة :

الغيرة انفعال يعيشه الطفل ، ويحاول فى بعض الأحيان إخفاء المظاهر الخارجية التى يمكن أن تدل على هذا الشعور ، ونجدها بنسبة أكبر بين الأطفال المتقاربين فى السن ، وأن الطفل الكبير أكثر غيرة من الأطفال الذين يأتون بعده ، وقد يحدث أن يغير الطفل الصغير من الطفل الكبير ، وذلك فى الحالات التى يميل فيها الآباء إلى مقارنة الطفل الكبير بأخيه الأصغر الذى يكون أكثر منه ذكاء أو اجتهاداً أو طاعة ، وتختلف الغيرة عن الحسد ، لأن الحاسد يحسد شخصاً آخر على شئ يمتلكه هذا الشخص ، ولا يمتلكه هو ، أما الغيور فإنه يغير لأنه يمتلك شيئا ما ويخشى أن يأخذه غيره منه .

[٩] بعض العادات السيئة

❁❁❁❁❁❁❁❁

أ – مص الأصابع

يتعود الطفل اللعب بأحد أجزاء جسمه ، ويمارس هذا اللعب وهو بكامل وعيه وإرادته ولكثر هذه العادات شيوعا عند الطفل هى عادة مص الأصابع ويمص فيها أصابع السبابة أو الإبهام أو أصبعين معا فى وقت من الأوقات ، والبعض يمص إبهام قدمه وقد يكون المص شديداً فيحدث تشققات مكان المص.

مظاهر مص الأصابع عند الطفل :

تبدأ هذه العادة من الأيام الأولى من ولادة الطفل ، وقد تستمر هذه العادة حتى الخامسة أو السادسة من العمر ،وليس هناك شك فى أن الطفل يستمتع بهذه العادة ،ويجد فيها نوعاً من التسلية الذاتية ، وهى مسألة طبيعية فى الشهور الأولى من عمره فتشتد رغبة الطفل بالمص عند الجوع والتعب والنوم ، وتصل عادة مص الأصابع إلى ذروتها ما بين الشهر الثامن عشر والواحد والعشرين من العمر ،وتصبح أكثر ترافقاً عند النوم ، وتقل هذه العادة ما بعد الثالثة من العمر ليكتفى الطفل بالمص عندما يريد أن ينام فقط . ولكن الخطورة فى استمرارها والإصرار عليها ، فبعض الأطفال يستمر فى ذلك حتى سن الثانية عشر أو الخامسة عشر ، ومص الأصابع فى هذه السن ما هو إلا عرض من أعراض الاضطراب النفسى يصاحبه قرض الأظافر ، والإغراق فى أحلام اليقظة والسرحان والإكتئاب .

أسباب مص الإصابع :

١- يذهب علماء النفس إلى أن استمرار هذه العادة ، انما يكون بسبب عدم إشباع حاجات الطفل النفسية ، وإفتقاره إلى الحنان والعطف ، أو عدم حصوله على قدر كاف من الرضاعة الطبيعية من الأم ، بما يمثله هذا الموقف من أهمية على المستويين الفسيولوجي والنفسى .

٢- كما يرى المحللون النفسيون أن اللذة الفمية المصية (المرحلة الفمية) مسألة طبيعية فى الطفولة المبكرة ،وأن استمرارها يعزى إلى تثبيت الطاقة الليبيديه عند هذه المرحلة ، ويحدث هذا التثبيت نتيجة للحرمان الزائد أو الاشباع الزائد للحاجات والدوافع النفسية عند الطفل فى هذه المرحلة .. وإن التثبيت عند مرحلة معينة من مراحل النمو النفسي للطفل يترتب عليه النكوص إلى نفس المرحلة عند مواجهة الموقف الصعب فى الرشد ، ومن ثم يظهر عليه الأعراض المرضية .

٣- افتقاد الإحساس بالإنتماء في الأسرة لكثرة المشاكل والخلافات الزوجية

٤- التفرقة في المعاملة بين الأبناء .

٥- سوء معاملة الطفل والقسوة في العقاب ، واستخدام الضرب معه .

٦- مواجهة بعض المشاكل ، وعند الفشل في الدراسة.

الأعراض المصاحبة لعادة مص الأصابع :

- الشعور بعدم القبول وعدم الثقة بالنفس .
- عدم القدرة على التركيز ، الأمر الذى يؤدى إلى التأخر الدراسى .
- الميل للعزلة وهو وسيلة سلبية إنسحابية يواجه بها الطفل مشاكله .
- الخجل وشدة الحساسية ، وعدم القدرة على المحافظة على الحقوق .

العــلاج :

١- ألا يلجأ الآباء إلى تعنيف الطفل وضربه ، فإن ذلك لايؤدى إلى توقف العادة بل إن الآباء ينقلون قلقهما البالغ إلى الطفل من خلال سلوكهما معه، وبالتالى يزداد توتره وإحساسه بإنعدام الأمن فيزداد تعلقاً بهذه العادة التى تعطيه إشباعا نفسياً مؤقتاً .

٢- تحسين علاقة الطفل بوالديه وأخوته فى الأسرة .

٣- إشباع الحاجات النفسية الأساسية للطفل ، كالشعور بأنه محبوب وشعوره بالأمن والطمأنينة ،والشعور بالتقدير ، والإنتماء داخل أسرته

٤- شغل الطفل بنشاط محبب له ، يحول بينه وبين وضع يده فى فمه وشعوره بلذة الإنتاج والهواية .

٥- اشراك الطفل مع زملائه فى اللعب ، وتوجيه الاهتمام له ورعايته .

٦- ألا يشير الوالدين إلى هذه العادة فى كل مناسبة وأمام الأصدقاء حتى لا يشعر الطفل بالحرج .

ب- قرض الأظافر وعض الأصابع

إذا كان مص الأصابع هو سلوك سلبى إستسلامى ، فإن قرض الأظافر وعض الأصابع يعتبر سلوكا عدوانياً تدميرياً ، وإذا كانت السمة السائدة لدى الأطفال الذين يمصون أصابعهم هى الهدوء ، فإن ما يغلب على الأطفال الذين يقرضون أصابعهم ويعضون أصابهم هو النشاط الزائد والثورة ، وهى تدل على انفعال الغضب أو الشعور بالحرج .

أسباب قرض الأظافر وعض الأصابع :

١- عدم القدرة على التكيف مع البيئة لسوء المعاملة وزيادة التزمت .

٢- القلق النفسي الذي يرجع إلى الخلافات المستمرة بين الأبوين .
٣- عدم القدرة على مواجهة بعض مواقف الحياة واعتبارها مواقف صعبة
٤- ضعف الرقابة الوالدية في الأسرة ، والسماح لهم بهذه الأفعال .
٥- في البيئة الاقتصادية المنخفضة تظهر هذه الحالات بكثرة لضعف المستوى الثقافي والتعليمي للأسرة ، وعدم تعويد الأطفال على نظافة مايأكلون .
٦- رؤية الطفل لوالده أو لأمه - وهو يقرض أظافره فيتعود على ذلك السلوك اقتداء بهم وتقليدهم .
٧- تلعب العوامل النفسية دوراً هاماً في إحداث هذا السلوك الشاذ ، ومن هنا وجب التنبيه إلى ضرورة المعاملة الحسنة للأطفال وتبادل المودة والمحبة معهم .
٨- التعرض لضغوط الامتحانات ، أو عندما يسأل الطفل في الفصل أسئلة شفوية فيشعر بالحرج لعدم قدرته على الإجابة عليها .

الأعراض المصاحبة لقرض الأظافر وعض الأصابع :

يصاحب هذه العادة أعراض أخرى كالكذب أو السرقة أو التأخر الدراسي أو التبول اللاإرادي ، او الإنزواء ، وأحلام اليقظة أو العصبية أو الحساسية.

العــلاج :

١- اشباع الحاجات النفسية للأطفال وتزويدهم بالغذاء الصحي المناسب .
٢- ينبغي تجنب العقاب أو التوبيخ كعلاج .
٣- الحرص على العادات السلوكية المعبرة عن النظافة والتمسك بقيمتها في كل فعل أو تصرف .

٤- إذا كان الطفل صغيرا أى فى سن الرضاعة : يمكن التحايل عليه بدهن أصابعه بمادة مرة كالصبار مثلاً ، فإذا لم تفلح هذه توضع جبيرة مصنوعة من الخشب أو الورق المقوى عند الزراع ، بحيث تمنعه من وضع أصابعه فى فمه .. ومتى أدرك الطفل إستحالة القيام بهذه العملية نسيها تدريجياً .

٥- على المعلم فى المدرسة أن يشغل التلاميذ الذين يقومون بهذه العادة ، بأن يكلفهم بأعمال حركية داخل الفصل ، والاستعانة بهم فى مسح السبورة وتوزيع الكتب والكراسات ، حتى لا يعطيهم الفرصة للإنفراد بأنفسهم والتعامل مع أظافرهم هذا التعامل القاسى .

ج- هز الرأس وخبطها بالوسادة

تنتاب الأطفال فيما بين الثانية والسادسة من العمر ، نوبات يلذ لهم فيها أن يضربوا برؤوسهم فى الوسادة ، وقد يستمر ثوان أو دقائق ، وقد يحدث ذلك والطفل مستيقظ ، أو مستغرق فى نومه ، وقد تحدث هذه الحالات فى الأطفال ضعاف العقول أو الضعفاء المصابين بفقر الدم أو أحد الأمراض المزمنة .

وهناك أطفال يولعون بهز رؤوسهم وحكها فى الوسادة وهم نائمون على ظهورهم وقد يستمر هذا دقائق .

وتزداد هذه الحالات أثناء تعرض الطفل للتوترات النفسية ، وتكثر بين الأطفال الذين يتعرضون لضغوط نفسية تجعلهم فى حالة توتر ، فيلجأون إلى هذه العادات غير الطبيعية للتخلص من هذا التوتر .

العلاج :

١- تجنب الطفل التعرض للضغوط أو المؤثرات النفسية

٢- عدم عقاب الطفل أو تهديده للتخلص من هذه العادة .

٣- تشجيعه بالمكافآت والحوافز للتخلص من هذه العادة .

٤- توفير الأمان للطفل ، وعدم الإهمال مع الصبر والحلم كفيلة بأن تجعل من هذه العادات أموراً عابرة سريعة الزوال .

د - العادة السرية

تبدأ هذه العادة فى الشهر السادس من عمر الطفل ، حيث ينتبه الطفل إلى أعضائه التناسلية ، ويتسلى ويتلذذ بإمساكها بأصابعه ، أو حكها فى جسم صلب مثل الكرسى أو المقعد .

ويتضايق كثيراً إذا قطع عليه تيار لذته ،ويعاود إمساكها إذا أبعدنا يده عن أعضائه التناسلية فلا يتركها إلا إذا أرضى شهوته ، فيتغير حاله من نشوة وحمرة فى الوجه إلى خمول وإصفرار .

وقد يعاود ممارستها فى اليوم بضعة مرات ، وفى هذه الحالة يبدو على وجهه الذبول أما الاقلال منها فلا ضرر منه على الطفل ، ويجب على الأم ألا تنزعج ولا تعتقد أن طفلها يرتكب جرماً خطيراً بممارسته لهذه العادة .

أسبابها :

١- يلجأ الطفل إلى هذه العادة لشغل أوقات فراغه ، فالطفل بين الرضعات وفترات اللعب لا يجد ما يفكر فيه ، فيحاول قتل وقته بهذه العادة أو بالعادات السابق الإشارة إليها.

٢- هناك أسباب موضوعية كالتهاب الفرج أو المهبل ، ودعك المنطقة الزائدة من قبل الأم أثناء الإستحمام أو التنظيف .

٣- وهناك أسباب نفسية منها حب لفت نظر الآخرين إلى العضو الجميل ، أو لاقناع الطفل نفسه بأنه قادر على جلب المسرة إلى نفسه بالرغم من تجارب أو حوادث مخيفة قد صادفها ، أو ليقنع نفسه بأن عضوه لا بأس به بالرغم من اختلافه عن عضو الجنس الآخر ، أو يقوم بهذا العمل لمجرد التسلية لإصابته بالملل .

ولأنه يقوم بهذه العادة دون خجل في البدء لكنه لا يستطيع أن يكرر ذلك علناً لأن أمه تضربه ضرباً مبرحاً وتهدده وتخوفه وتوبخه ، فلذا يلجأ بطبيعة الحال إلى العمل السرى (العادة السرية).

العــــلاج

تأتى الأم في هذه الحالات إلى الطبيب وتقص عليه قصة طفلها ، وتتحدث عن شناعة الجرم الذى يرتكبه طفلها أمام عينها .

ونرشد الأمهات في التعامل مع أطفالهم بالآتي :

١- على الأم أن تساعد الطفل على إبطال هذه العادة بمساعدة الطبيب النفساني ، وعليها أن لا تعاقبه أو توبخه على فعلته .

٢- عليها أن تشغل فكر الطفل بأشياء أخرى ، كتغيير المناظر والهواء وممارسة الألعاب الرياضية ، واقتناء الكتب المصورة ، وجمع الزهور من الحديقة ، وغير ذلك مما يحول اهتمامه عن أعضائه التناسلية .

٣- وفي حالة وجود التهاب أو تهيج موضوع بالفرج أو بالمهبل عولج بالدواء المناسب .

٤- ينبغي في مثل هذه الحالة عدم التهويل في عواقب العادة السرية ، بل نقنع الطفل (التلميذ) بالحسنة أنها ليست العادة الرزيلة التي يتصورها الناس ، ونفهمه أنها ناشئة عن ضعف صحته ، وإذا استرد صحته وعافيته ، أبطل هذه العادة كلية ، فمتى اقتنع التلميذ بذلك أقبل على وسائل العلاج لتقوية نفسه ، وأوقف لذة الاستمتاع الجنسي الذي تملكه في إبان ضعفه .

٥- العلاج عن طريق المس : للعضو الذكري سواء للذكر أو الأنثى ، دون أن نلفت نظر الطفل أن هذا العلاج يهدف إبطال العادة السرية عنده ، إذا لم تفلح هذه الطريقة ، يلجأ الطبيب إلى وضع جبائر خشبية أو معدنية عند الفخذين تمنع الطفل من لمس أعضائه التناسلية أو حك الفخذين ببعضها بغية اللذة ، مع اقناع الطفل بأن هذه الجبائرة لمعالجة تشوه في فخذه لإنه إذا علم بأنها لعلاج هذه العادة ، تمادى في عادته القبيحة .

هـ - النشاط الزائد عن الحد

عادة ما يكون الأطفال أقل استقراراً من البالغين فهم لا يستطيعون الجلوس ساكنين لمدة طويلة مثلهم ، وهم يميلون إلى القيام بالأعمال أكثر من الحديث أو التفكير فيها ، وهذا القلق أمر طبيعي برغم أن الآباء والمربين قد يعدونه مزعجاً أحياناً ، ولكن هناك أطفالا لا يختلف هذا القلق عندهم عن المعدل سواء في الكيف أو الكم ، ويظهر عليهم النشاط الزائد عن الحد (فرط النشاط) وهم الذين لا يهدأ لهم بال ، ولا يستقرون على حال ، فيزجون بأنفسهم دائماً في مختلف الموضوعات والأشياء وغالباً ما يؤدي نشاطهم هذا إلى نحافتهم رغم نموهم العضلي ، وشهيتهم القوية ، ويختلف عدم استقرارهم هذا كماً عن

الطفل العادى ، ولا يرتبط عدم استقرارهم هذا بأحاسيس القلق ، ولكن تعريفه بأنه حالة من النشاط الزائد ، وفى بعض الحالات يبدو أن هذا النشاط الزائد هو سمة تكوينية .

وهناك فئتان من الأطفال : فئة دائبة النشاط وغايتها تأدية الأعمال والطفل النشط تكوينياً يصادف قيوداً فى بيئته أكثر من تلك التى يصادفها الطفل الذى لا يتحرك كثيراً ، وفئة أخرى ليست على هذا القدر من النشاط ، بل تفضل السعى الهادئ ، ونتيجة لذلك تنمو لدى الفئة الأولى عداوة تجاه الأشخاص الذين يفرضون عليه هذه القيود ، ثم تقابل هذه العداوة بقيود أكثر ، وسرعان ما يتكون لدى الطفل نمط من الاستجابة العدائية المزمنة .

أسبابه :

يكون النشاط الزائد نتيجة لإصابة عضوية فى المخ ، وقد اشتهر هذا النوع من عدم الاستقرار عقب انتهاء وباء الالتهاب السحائى فى أمريكا عامى (١٩٢٩ ، ١٩٣٠) ، ويتشابه هذا المرض مع نمط الاستجابة العدوانية المزمنة الناشئة عن الاصابة العضوية فى المخ .

العلاج

- لعلاج هذا النوع من النشاط الزائد يجب أن يتوفر للطفل فراغ كاف ، وفرص لنشاطه العضلى ، وعندما يصل هذا الطفل إلى سن المدرسة ، يجب أن يكون نشاط الألعاب الرياضية جزءا مهما من برنامج العلاج .
- ويجب ألا يفرض على نشاطه كثيراً من القيود حتى لا تستثار أحاسيسه العدوانية المزمنة

- ويجب على الآباء ألا يرغموا الطفل على الجلوس ساكنا لمدة طويلة ، أو تقييده فى نشاط معين - لأن هذا لا يزيد النشاط العضلى عند الطفل فحسب بل يسبب له التعب ، وبالتالى العداء والعدوان ، ومن المحتمل أن يحمل الطفل الزائد النشاط هذه السمة معه عندما يصبح راشداً ، فيصبح ذلك النوع الذى يحب التنس والجولف والرحلات ... الخ ، ويشعر بالتعب والتعاسة إذا شغل وظيفة تستلزم منه الخمول والجلوس .
- ويتخلص علاج هذه الحالات فى تدريب مناطق جديدة من القشرة المخية لتحمل أعباء السيطرة على النشاط الحركى ، إلا أن هذه الأمر لا يتم بسهولة ، وغالباً ما يكون بخاصة ضعيفاً ، ونادراً ما يمكن القيام به فى المنزل ، بل يكون أكثر فاعلية إذا وضع الطفل فى بيئة أخرى كمستشفى خاص بالالتهاب السحائى المزمن ، أو مدرسة لتدريب ضعاف العقول .

[١٠] التبـول اللاإرداى

❁❁❁❁❁❁❁❁

مشكلة التبول اللاإرادى يتعرض لها الأطفـال الذكور والإنـاث ، وكثير مـن الأطفال يمكنهم ضبط المثانة فى نهاية السنة الثانية مـن العمـر ، فـى حيـن أن بعضهم يصل عمره إلى ست سنوات ، وهـو غير قـادر علـى ضبط عمليـة التبول . ويعرف التبـول اللاإرادى عـادة بأستمرار إبتلال الفراش بعد سـن ثلاث سنوات والبعض يعتبره بعد خمس سنوات هذا المرض أكثر انتشاراً فـى المدارس الحكومية حيث تزداد نسبة المستوى الاجتمـاعى الفقير ، والطبقـات ذات الدخل المحدود ، وينتشر المرض بين الأطفال الذكور عن الإنـاث بنسبة ٣ إلى ٨٪ من كل الأطفال ، وغالبـا مـا يكون المرضـى ذوى ذكـاء متوسـط أو أقل من المتوسط . والتبول اللاإرادى أحد أعراض الاضطراب الانفعالى ، الذى ينشأ نتيجة ظروف بيئية وأسرية ، غير ملائمـة ، وسـوء معاملـة الطفـل وعدم تقدير مشاعره ، وحرمانه من الحب الذى يعتبره الغذاء النفسى له .

وفى الحقيقة أن التبول اللاإرادى مشكلة نفسية يشترك فيها طرفان :

الطرف الأول : الأهل شديدو الاهتمام بطفلهم ، وأن ترجموا هذا الاهتمام إلـى توبيخ

الطرف الثانى : الطفل يصيبه هذا التوبيخ بالعناد أو بفقده ثقته بنفسه ، فيستمر فى هذه العادة المستحكمة ،وتنشأ حلقة مفرغة ، لا يقطعها إلا هدوء نفسية الأهل وتبصيرهم .

حدوثـــه :

يختلف من ١٥-٢٥٪ بين الأطفال من ٤-١٢سنه ، وأحيانا يستمر حتـى سـن ١٥-١٦ سنه ونادراً حتى سن الرشد .

التحكم فى عملية التبول :

يختلف ضبط الجهاز البولى من طفل لآخر ، فبعضهم قد يتمكن من ضبط نفسه فى نهاية العامين من عمره ، ولكن أغلب الأطفال يتحكمون فى عملية التبول فى نهاية السنة الثالثة وتظهر مشكلة التبول اللاإرادى أثناء النوم أو اليقظة عندما نجد الطفل لا يستطيع القيام بعملية التحكم هذه حتى سن الخامسة، أو بعد ذلك بكثير مما يؤثر على صحة الطفل النفسية ويشعره بالخجل والنقص أمام أخوته وأخواته فى الأسرة ، وزملائه فى المدرسة.

أسباب التبول اللاإرادى :

(١) أسباب عضوية :

- التهاب المثانة – صغر حجم المثانة – ضيق فى عنق المثانة
- التهابات المستقيم الناتجة من الإصابة بالانكلستوما ،والبلهارسيا ، والديدان التى تهيج منطقة التبول .
- الإصابة بمرض السكر – والجيوب الأنفية – وتضخم اللوز .
- عدم التئام الفقرات القطنية بالعمود الفقرى فى أثناء تكوين الجنين ، وهى حالات نادرة لا تزيد نسبتها عن ١٪
- التهابات فى الحبل الشوكى

(٢) أسباب نفسية

١- القلق النفسى قبل ولادة طفل جديد فى الأسرة .

٢- الغيرة من ولادة طفل أصغر وإهتمام الأسرة بالطفل الجديد ، فهنا ينكص الطفل الأكبر ويبدأ فى التبول ثانية ، لاجتذاب اهتمام الوالدين إليه .

٣- عناد الطفل لأمه وميله للإنتقام منها ، فكثيراً ما يحدث بمجرد أن تلبس الأم طفلها ملابس نظيفة ، يطلق الطفل بواله عن عمد وسبق وإصرار .

٤- حرمان الطفل من إشباع حاجاته النفسية مثل الحاجة إلى الحب أو الأمن أو الانتماء فتصبح حياة الطفل قلقة ، وتظهر مع حالات التبول ، ضعف الثقة بالنفس ونوبات الغضب والجبن والميل للتخريب .

٥- قد تلعب خبرات الآباء والأمهات ومشاعرهم السابقة في طفولتهم دوراً أساسياً في طريقة التعامل مع أطفالهم إزاء ضبط التبول ، فقد تكون الأم قد لاقت من الصرامة والقسوة والعنت في طفولتها ، أو قد تكون عانت من الخجل والشعور بالذنب من جراء تلك العادة ، مما يجعل الأم تحاول أن لا تعرض طفلها لمثل هذه الخبرات الانفعالية التي عانت منها في طفولتها ، فتجعلها هذه الخبرات السابقة تتهاون في ترك طفلها على سجيته ، وعدم تعويده على ضبط عمليات الإخراج في السن المبكر المناسب .

٦- الخوف من الظلام أو من الحيوانات المفترسة أو من القصص المزعجة أو من التهديد المستمر من جانب الأباء والأمهات .

٧- عقب شفاء الطفل من مرض كان في أثنائه محور إهتمام أهله ، فعندما يشعر الطفل بإختفاء موجة الاهتمام بعد شفائه يسعى لإكتسابها من جديد بشتى الوسائل ومنها التبول اللاإرادى .

ثالثاً : العوامل المساعدة

١- عدم اتاحة الفرصة الكافية للطفل للتمرين على التبول .

٢- النوم العميق يلاحظ أن بعض الأطفال الذين ينامون نوماً عميقاً يتبولون في أثناء نومهم

٣- وعادة ما نجد أن أحد الوالدين وبعض الأخوة قد أصيبوا بنفس المرض في طفولتهم مما يدل على أهمية العامل الوراثى .

العــــلاج

غالباً ما يحجم الوالدين عن عرض طفلهم على الطبيب النفسى إلا بعد فترة طويلة ، وذلك لخجلهم من الإفصاح عن طبيعة المرض ، ويأتى معظم الأطفال للعلاج بين ٨-١١عاماً وينصب العلاج على :

١- علاج الأسباب العضوية :

بالعرض على طبيب للعلاج هذه الأسباب العضوية السابق الإشارة إليها وفى هذه الحالة بعد انتهاء العلاج ينتهى التبول اللاإرادى مع التأكد من سلامة الجسم من الأمراض السابق الاشارة إليها .

٢- علاج الأسباب النفسية :

من خلال تحسين العلاقة بين الطفل ووالديه أو أحدهما ، وبينه وبين الأشقاء والشقيقات وذلك باتباع الأتى :

- عدم الإسراف فى تخويف الطفل وعقابه .
- توفير جو من الاستقرار والاطمئنان فى الأسرة ،وابعاد عوامل القلق عنها مع تجنب المشاحنات والمشاجرات أمامه ، إلى جانب معاملته باتجاهات سليمة سوية لا تمييز فيها ولا قسوة فيها .
- تقليل كمية السوائل التى يأخذها الطفل يوميا ، وأن تمنع عنه بقدر الامكان عند وقت النوم .
- توجيه الطفل بتعويده الذهاب إلى دورة المياه قبل نومه مباشرة ، ولا بأس من أن نوقظه مرة أو مرتين خلال فترة نومه الطويل أثناء الليل للذهاب إلى دورة المياه .

- الابتعاد عن القسوة فى معاملة الطفل أو التشهير به ، أو تأنيبه على التبول أو تذكيره كل حين به ، أو مقارنته عن هم أصغر منه سناً ، ولا يتبولون على أنفسهم
- تبصير الطفل بالأضرار التى تلحقه نتيجة تلك العادة يعتبر من أكبر العوامل التى تساعد فى القضاء عليها ، ومن هنا يجب أن نبصره بما يترتب على هذه الأضرار فى المستقبل ، حتى يستطيع أن يساهم فى مختلف أوجه النشاط فى الحياة دون أن يتعرض للتهكم والسخرية من أصدقائه .
- اشباع حاجة الطفل إلى الحب والحنان ، وتوفير المساواة له فى المعاملة بينه وبين أشقائه وشقيقاته .
- تشجيع الطفل على استعادة ثقته بنفسه ، وبدوره الفعال فى التخلص من هذه العادة السيئة بعيداً عن الإفراط فى حمايته وتدليله .

العلاج السلوكي:

الغرض منه تكوين فعل منعكس شرطى بتوصيل جرس رنان بالأعضاء التناسلية للطفل ، فإن بدأ الطفل فى التبول تم توصيلة كهربائية ومن ثم يرن الجرس ويستيقظ الطفل ، وتدريجياً يستيقظ الطفل وحده عند امتلاء المثانة دون الحاجة إلى الجرس الرنان .

[١١] اضطرابات الكلام (اللجلجة)

❀❀❀❀❀❀❀❀

تعتبر اللجلجة من العيوب الشائعة بين الأطفال والكبار فى مختلف المجتمعات، ويقلق الآباء عادة عندما يشاهدون أطفالهم يكررون أجزاء من الكلمات قبل نطقها وهم فيما بين الثانية و الخامسة ،وفى هذه السن تعتبر اللجلجة مسأله طبيعية ، حين أن الطفل يكون قد تكون لديه محصول لغوى من خلال السمع ، وهو يريد أن يستخدمه فى كلامه المتصل ، لكنه لا يستطيع ، وبدلا من التريث فإنه يندفع فى الكلام فيضطر إلى تكرار بعض المقاطع وبعض الكلمات ، حتى يتسنى له إستخدامها إستخداما سليما ، وبطبيعه الحال فإن هذه الظاهره تقل مع نمو الطفل .

ولكن المسألة تزداد تعقيدا إذا ما إستجاب الوالدان لهذه الظاهره بالتوتر والقلق فينعكس قلقهما على الطفل .

ويمكننا القول بأن اللجلجه لا تصبح عرضا مزمنا عند الأبناء .. إلا بسبب هؤلاء الآباء الذين يعيشون هذا القلق الشديد إزاء كل صغيرة تصيب أبنائهم .

ويرى المحللون النفسيون أن " اللجلجة هي إنعكاس لتوترات إنفعالية لدى الطفل ،وهذه التوترات تتصل بعلاقته بوالديه .

مظاهر اللجلجة عند الأطفال :

تظهر اللجلجة على هيئة حركات إرتعاشية ، وإحتباس توقفى في الكلام يعقبه الإنطلاق ، ويبذل الشخص المتلجلج جهدا شاقا ليتخفف من إحتباس الكلام ، وعندما تشتد وطأة اللجلجة يحرك المريض يداه ويضغط على قدميه ويرتعش ويحرك رأسه ويخرج لسانه من فمه .

أسباب اللجلجة :

ترجع أسباب اللجلجة في معظم الظروف إلى أسباب نفسيه ، ويلعب القلق وفقدان الشعور بالحب ، وعدم الشعور بالأمن دور أساسي في العيوب الكلامية عامة و اللجلجة خاصة ، ويمكن أن نلخص أسباب اللجلجة في ما يلى :

١- فقدان الطفل لحب والديه و إهتمامهما.

٢- الشقاق العائلى و تناحر أفراد الأسرة .

٣- التذبذب فى المعاملة وعدم إتفاق الوالدين على سياسة موحدة فى التربية .

٤- التفرقة فى معاملة الأطفال مما يساعد على أن تدب الغيرة فى نفس الطفل .

٥- تدليل الطفل ، وعدم تعويده على الإستقلال والإعتماد على النفس .

٦- فشل التلميذ فى دراسته وشعوره بالنقص بين أقرانه ورفاقه .

٧- إجبار الطفل على إستخدام اليد اليمنى فى الأكل وفى الكتابة وهو أيسر .

٨- تعرض الطفل للخوف الشديد والقسوة والعقاب البدنى .

٩- قد ترجع أسباب اللجلجة إلى إصابة الطفل باضطراب فى الجهاز التنفسى، أو إصابته بإلتهاب مزمن أو تضخم فى اللوزتين ، أو تكون أعضاء الجهاز الكلامى غير متناسقة ، فيجد الطفل صعوبة وعسر فى النطق .

أعراض اللجلجة :

يبدو أن الأزمات النفسية و العصبية تبحث دائما عن مواطن الضعف الجسمانى عند الإنسان لتتسرب منه وتجد متنفسا له ، لتظهر أعراض الأزمة النفسية فإذا ما كانت نقطة الضعف فى عضلات الأجهزة الكلامية ، ظهرت

الازمة النفسية كمركز صالح للتنفيس من خلال الإضطراب فى النطق كاللجلجة والتهتهة ... وهكذا .

علاج اللجلجة عند الأطفال :

(١) العلاج العضوى ، وذلك بعد فحص المريض فحصاً دقيقا ، وعلاج المظاهر الجسمية وأعضاء الجهاز الكلامى إذا كان لها دور فى اللجلجة

(٢) يغلب فى معظم الأحيان أن تكون أسباب اللجلجة نفسية ، ولذا يعرض المريض على المعالج النفسى الذى يقوم بدوره بدراسة الأسباب النفسية التى أدت إلى المرض ، والعمل على بث روح الإستقرار والإطمئنان والثقة فى نفس الطفل ، وإزالة الأسباب النفسية التى أدت إلى الإضطراب .

(٣) يستخدم " العلاج الكلامى " فى توجيه المريض وتهذيب وتقويم الكلام لديه ، وإستخدام التدريب الكلامى الإيقاعى ، وإزالة التوتر ، وبث الطمأنينة و الإسترخاء الكلامى عند النطق ، و تمرينات الكلام الإيقاعى.

(٤) يقتضى الأمر أيضا توعية الآباء والمعلمين ليغيروا من أساليب تعاملهم مع الأطفال المرضى ، فيجب أن يكون سلوك الآباء والمربين يتسم بالعطف والتقدير وبث الثقة فى نفس الطفل المريض .

دور الأم فى مساعدة الطفل على التخلص من اللجلجة :

١- لا تحاول الأم تصحيح كلام الطفل ، وألا تبالغ فى تعليمه الكلام فى سن السنتين .

٢- أن تبحث عما يسبب له التوتر وتحاول تجنبه .

٣- يجب على الأم أن تتيح له الفرصة للعب مع أطفال آخرين الذين يرتاح إليهم الطفل ويشعر بالسعادة أثناء اللعب معهم .

٤- يجب على الأم أن تعرض له اللعب والمعدات الكافية في المنزل وخارجه حتى يمكنه تكوين لعبة بدون كثرة الكلام .. وليس معنى هذا أنه يجب تجاهله أو هجره ، ولكن عندما تكون معه ينبغي أن تكون هادئة الأعصاب .

٥- وإذا كانت الغيرة هي التي تقلقه ، فعلى الأم بذل مجهود أكبر لمنعها ، وتوفير الحب والحنان والرعاية النفسية للطفل ، ولا سيما عند ولادة طفل جديد ، بأن تقربه إلى الطفل الجديد من خلال مساعدته لها في ملبسه ونظافته .

٦- على الأم ألا تقوده على كل عمل يعمله ، بل تتركه وهو يتولى القيادة .

٧- على الأم أن تنتبه إلى حديثه عندما يتحدث حتى لا يثور .

الخلاصـــة :

أن عيوب النطق الشائعة بين الأطفال والكبار أسبابها متعددة ، وتبدأ صعوبات النطق ومن أهمها اللجلجة وهي الأكثر شيوعا في سن الثالثة والخامسة أثناء إكتساب الطفل الكلام أو في السادسة أو السابعة عند دخوله المدرسة ، حيث المنافسة بينه وبين زملائه ، وأحيانا تبدأ في سن البلوغ والمراهقة ، وخاصة عند التحدث مع الجنس الإخر ، وتلعب الأسرة دوراً كبيراً في إحداث وعلاج هذه المشكلة عند الطفل ، فإحساس الطفل بالأمن و الطمأنينة ، ورعاية الوالدين له وتدريبه على الإستقلال والإعتماد على النفس والشعور بالحب والعطف والحنان داخل الأسرة مع عرض الطفل على طبيب نفساني يساعد ذلك على التخلص من اللجلجة عند الطفل .

الفصل الثامن

دور الأسرة فى الوقاية من المشكلات النفســـية للطفــل

دور الأسرة فى الوقاية المشكلات النفسية للطفل يتخلص فى :

١- إشباع الحاجات النفسية للطفل

٢- العدالة فى المعاملة بين الأطفال

٣- الجزاء والعقاب بطرق سليمة

٤- عدم التمييز بين الأطفال

٥- غرس القيم الدينية فى الأطفال

٦- غرس قيمة التعاون وتبادل الثقة بين الأطفال

٧- تجنب التدخل فى كل صغيرة وكبيرة فى حياة الأطفال

٨- اختلاط أطفالهم بالمجتمع وبالأطفال الآخرين

٩- القدوة الحسنة

دور الأسرة في الوقاية من المشكلات النفسية للطفل

❃❃❃❃❃❃❃❃

أن الأسرة هى البيئة الأولىللإنسان ، وهى من أهم الأنظمـة الإجتماعية التى تدور حولها حياة الإنسان ، ويعد المنزل هو العامل الوحيد للتربية المقصودة فى مرحلة الطفولة الاولى ولا تستطيع أى مؤسسة عامة أن تسد مكان الأسرة فى هذه الأمور ، فهى تعمل على تنشئة و تكوين شخصية الطفل فى إتجاهين متداخلين :

الأول : تطبيعه بالطباع التى تتمشى مع ثقافة المجتمع بصفة عامة .

الثانى : توجية نموه داخل هذا الإطار فى الإتجاهات التى تتمشى مع ثقافة الأسرة ذاتها ، وإتجاهات الطبقة أو الوسط الإجتماعى الذى تنتمى إليه ، ونجد أن تحقيق الصحة النفسية للفرد لا يمكن أن يتم إلا من خلال طفولة نمت فى جو أسرى مملوء بالحب والحنان والقدوة الطيبه والطمأنينة، والوالدان هما اللذان يستطيعان توفير الجو الأسرى الهادئ للطفل لكى يستطيع أن ينمو نموا سليما ، متمتعاً بصحة نفسية سليمة .

ويتلخص دور الوالدين لتحقيق الصحة النفسية للأبناء فى الآتى :-

١- إشباع الحاجات النفسية للطفل .

ينبغى إشباع الحاجات النفسية للطفل فى مراحل العمر المختلفة بطرق سوية و هى : الحاجة إلى الحب والعطف ، والتقدير الإجتماعى ، والحرية ، والنجاح ، والضبط ، .... إلخ .

وإشباع هذه الحاجات للطفل لها تأثيرها الواضح فى نموه النفسي وتجنبه الشعور بالخوف أو النقص أو الفشل

٢- العدالة فى المعاملة بين الأطفال :

أن أفراد الأسرة إذا ما لقوا معاملة متناسقة عادلة ، فإنهم يسلكون فى خط واحد ، ولا تشوب علاقاتهم أى حقد أوكراهية أو غيره .

والعدالة معناها أن يلقى كل شخص الجزاء المناسب لسنه ومكانته فى الأسرة وهذه العدالة يجب إتباعها فى الأسرة حتى يتسنى إحداث التأثير المطلوب بين أفراد الأسرة .

٣- الجزاء والعقاب بطرق سليمة :

ويتمثل ذلك فى الثواب والعقاب منذ الصغر ، وأن يتم ذلك بطريقة سليمة تؤدى إلى تعريف الطفل بالخطأ والصواب ، مع تجنب الإنتقام والعنف مع الطفل ، وأن يخلو الثواب أيضا من مكافأة الطفل على ما يجب أن يقوم به من أعمال أو يؤدى من واجبات ، حتى لا ينتظر المكافأة على كل ما يعمل مما يجعله انانيا ضعيف الشخصية ، ولا ينظر للأمور نظرة موضوعية مع الأخذ بعدم معاقبة الطفل على خطأ واحد أكثر من مرة ، وأن لا يعود الوالدين إلى معايرة الطفل على قيامه بهذا الخطأ بعد ذلك .

٤- عدم التمييز بين الأطفال (طفل على آخر - أو تفضيل الولد على البنت أو العكس) :

و يؤدى ذلك بالطفل إلى الشعور بالغيرة من أخوه أو أخته ، والتى قد تتحول مع مرور الوقت إلى شعور بالعدوان الرغبة فى الإنتقام ، والتعويض عن العطف المفقود بوسائل شاذه .

٥- غرس القيم الدينية فى الأطفال :

من خلال ترسيخ الإيمان . بوجود الله الحى والخوف من الله وحبه ، ويتجه وجدانه نحو حب الله ، والشعور بالإطمئنان فى كل ما يعمل وأن الله بجانبه، وتمسك الطفل بالدين وتقاليده يبعث فى قلبه الإطمئنان والمحبة والتسامح والتغاضى عن أخطاء الغير والصفح عنهم ، ويحميه من الإنحراف فى السلوك ، ويقوى الدعائم القوية التى تحميه وتضمن له الحياة الهادئة ، البعيدة عن الحقد والكراهية .

٦- غرس قيمة التعاون وتبادل الثقة بين الأطفال :

والإعتماد على النفس والمعاملة الصريحة المستقيمة ، وضبط النفس ، والإحساس بالمسئولية ، فإذا لم يدرب الطفل على هذه الصفات فى الأسرة عجز عن ممارستها فى حياته الإجتماعية بعد ذلك ، مما يؤدى إلى تفكك المجتمع .

٧- تجنب التدخل فى كل صغيرة و كبيرة فى حياة الأطفال :

يخطئ كثير من الآباء و الآمهات ، بتدخلهم فى كل صغيرة و كبيرة فى حياة أطفالهم ، وبمحاولة تقييد تصرفاتهم بإرادة او بدون إرادة ، وقد يلجأون فى سبيل ذلك إلى وسائل العقاب والعنف والقهر ، مما يترتب عليه كبت حرية الطفل وإشعاره بالحرمان فيصاب بالتردد ، والجبن ويفشل فى تكوين النظرة الصائبة فى الأمور .

٨- إختلاط أطفالهم بالمجتمع وبالأطفال الآخرين :

يساعد ذلك الطفل على النمو الإجتماعى السليم حيث يشعر بأنه ينتمى إلى جماعة تحميه وقت اللزوم ، وتحميه من الانسياق فى الخيال والاغراق فى التفكير ، كما تحميه من الانطواء والاصابة بالأمراض النفسية والعقلية .

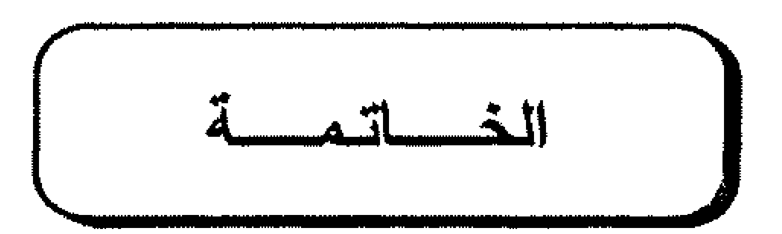
وحرمان الطفل من الإختلاط بالمجتمع الخارجى يعوق نموه الإجتماعى ، وينشأ الطفل منطويا أنانيا ، غير متعاون ، غير متكيف مع مجتمع المنزل والمدرسة ، ويشعر دائماً بالنقص ، وعدم الإطمئنان لعزلته ، فضلا عن إحساسه بالنقص وعدم الثقة بالنفس .

٩- القدوة الحسنة :

لها أكبر الأثر على سلوك الطفل ، فالطفل يتقمص شخصية والده ويعتبره مثله الأعلى ، وينعكس ذلك على سلوكه فى مرحلة الطفولة ومستقبلا .

فعلى الأباء والأمهات :

١- أن يقيما علاقتهما على أساس المحبة والإحترام المتبادل فيما بينهم .
٢- أن يكون الأب والأم مثلا أعلى للأبناء فى تصرفاتهم وعلاقاتهم بالغير .
٣- أن يتبعا معا معاملة ثابتة مع أبنائهما تجمع بين العطف والحزم .
٤- أن ينميا فى الطفل إحترام حريات الأخرين ومشاعره ، والقدرة على ضبط النفس وحسن التعامل مع الغير .
٥- أن يدربا الطفل على التعاون ، وتبادل الثقة بين الأفراد والاعتماد على النفس ، والاحساس بالمسئولية وحب الخير للأخرين .


الخاتمة

الخاتمة

******

ما هو السبيل للتغلب على كل هذه المشكلات ؟

كيف نتغلب عليها للتمتع بقسط وافر من التكيف والصحة النفسية ؟

إن لكل أسرة مشكلاتها ، وكل يوم تواجه الكثير من الصعاب وأغلب هذه الصعاب ينسى في غمار الحياة . ولكن التوازن قد يختل أحيانا ، إذ تكبر المشاكل الصغيرة لتهدد وجود الأسرة . وزيادة نسبة الطلاق في المجتمع تحدثنا بأن الرجال والنساء يواجهون صعوبات كبيرة في القدرة على التوافق في الحياة الزوجية والأسرية .

ما الذى يمكن أن نفعله ؟

هل يمكننا أن نفعل شيئا يحول دون تكاثر ما تتعرض له الأسرة من مشاكل ؟

هل يمكننا أن نفعل شيئا يمنع هذه المشاكل من أن تنمو بشكل خطير ؟

هل يستطيع الفرد نفسه أن يفعل شيئاً ليحسن من صحته النفسية وقدرته على التكيف ؟

هذه هي الأسئلة التي سنحاول الإجابة عنها .

للصحة النفسية مدلولان أو مفهومان : مفهوم ضيق محدود، وآخر واسع شامل . إن الصحة النفسية بمعناها الضيق ، ترتبط بالصحة والمرض ، أي بخلو الفرد من أعراض المرض النفسي أو العقلي . أما الصحة النفسية بمعناها الواسع فتتضمن القدرة على التوافق مع النفس (الذات) ، والتوافق مع الآخرين في الأسرة والعمل ، والمجتمع الكبير بصفة عامة

ونحن نميل إلى الأخـذ بـالمفهوم الثـانى للصحـة النفسية ، ذلـك لأن الفـرد قـد يكون خاليا من أعراض المرض النفسى أو العقلـى ، إلا أنـه فـى الوقـت ذاتـه لايشعر بالسعادة ، كما يكون عاجزا عن التوافق مع رفاق العمل بدرجة تحول بينه وبين الإنتاج ، أو أن يكون غير قادر على إيجاد علاقات سليمة تربطـه بأفراد أسرته .

ولما كانت الأسرة هى البيئة الاجتماعية الأولى التى يعيش فيها الفرد ويستمد منها مقومات شخصيته بل حياته ، فإن تأثيرها كبير في المساهمة فـى احـداث التوافق الشخصى للإنسان ، وفى قدرته على التوافق مع الآخرين .

هذا من جهة ،ومن جهة أخرى فلأن أفراد الأسـرة يرتبطـون بعضـهم ببعـض ارتباطـاً وثيقـا أساسـه وحـدة الـدم والأهداف والغايـات المشـتركة ، فـإن أى اضطراب يصيب أحد أفراد الأسرة ، تنعكس آثاره على باقى الأفراد جميعاً .

لذلك كثيرا ما نجد حـالات مـن انحـراف الأبنـاء وعـدم قدرتهم علـى التوافـق الاجتماعى سواء فى المدرسة أو المنزل ترجع فى حقيقتها إلى عدم تمتع الأب أو الأم بأسباب الصحة النفسية .وتصدق الكلمة القائلة " لا يوجـد طفـل مشـكل وانما آباء مشكلون ".

وتتضـح مظـاهر عـدم توافـر أسـباب الصحـة النفسـية فـى الأسـرة فـى الصورة الآتية :-

أولاً : الشجار العائلى الذى ينشب بين الزوج والزوجة ، أو بين الوالد والوالدة والأبنـاء أو بيـن الأبنـاء بعضهم البعض . ونحــن لا نعنـى بالشــجار العائلى مجرد الخلافـات البسـيطة التـى تبـدو فـى أختـلاف الـرأى بيـن بعض أفراد الأسرة فى بعض الأحيان . فهذه الخلافات أمـر لابـد منـه

فى كل أسرة – وعادة ما يستطيع الزوجان المتوافقان نسبياً ، أو الأخوة الذين تتوافر لديهم مقومات الصحة النفسية مناقشة موضوع الخلاف بهدوء ، وتوضيح المشكلة على أوجهها حتى يستبصر كل فرد بالجوانب التى تكون قد خفيت عليه منها ، ثم يحدث أن يتنازل أحد الطرفين عن رأيه ، أو يحدث تقارب بين الآراء المختلفة للوصول إلى حل لموضوع الخلاف

وانما نعنى بالشجار العائلى النزاع الذى تستحكم أسبابه وتعلو فيه الأصوات ، ويتبادل فيه أعضاء الأسرة التهم ، ويحتاج الأمر إلى تدخل طرف آخر بعيد عن الأسرة فى النزاع .

ثانياً : عدم رضاء الزوج (أو الزوجة) عن حياته ، وشعوره بالتعاسة ، ورغبته فى التنصل من واجباته الأسرية فى شتى صورها ، وواجباته المادية أو واجباته الأدبية وهروبه من المنزل إلى المقاهى والحانات ، حيث لا يلجأ إلى منزله إلا فى ساعة متأخرة من الليل .

وليس أدل على عدم توافر أسباب الصحة النفسية لدى مثل هذا الزوج من عدم قدرته على مواجهة المشاكل التى تكتنفه ، إذ يلجأ إلى وسيلة هروبية من الموقف بالسهر ، وتعاطى الخمور والمكيفات وغيرها .

وهنا لابد وأن تتفاقم المشاكل فى الأسرة وتتسع دائرتها حتى تصل إلى غايتها المحتومة عن طريق الانفصال أو الطلاق .

ثالثاً : الطلاق هو مظهر من مظاهر عدم قدرة الزوجين على التوافق أحدهما مع الآخر . والطلاق عادة هو الحلقة الأخيرة من سلسلة متصلة الحلقات من النزاع العائلى الذى استحكمت أسباب الخلاف فيه ، وعادة ما تكون أسبابه فى بداية الأمر بسيطة ، إلا أنه مع مرور الزمن ،

تتعقد هذه الأسباب وتكون النواة لمشاكل أخرى تتراكم حولها حتى يصبح الطلاق أمراً لا مهرب منه .

رابعاً : التفكك الأسرى هو مظهر آخر من مظاهر عدم القدرة على التوافق الأسرى . وفي هذه الحالة تكون العلاقة الرسمية قائمة بين الزوج والزوجة ، إلا أن الأسرة لا تكون قائمة بوظائفها الحقيقية ، فالزوج في واد والزوجة في واد آخر ، والضحية – وهم الأبناء – في الطريق !.

وتستطيع الأسرة أن تصبح وحدة اجتماعية متوافقة ترفرف عليها السعادة ، وتربطها بعضها ببعض ومع الآخرين علاقات اجتماعية إيجابية سليمة لو استرشدت بالنصائح الآتية :

أولاً : إذا أردنا أن نكوّن أسراً متوافقة فينبغي على الشاب والفتاة أن يدققا في اختيار شريك الحياة . والزواج الناجح هو الذى يقوم على تقارب السن بين الزوج والزوجة، وتوافق الميول والرغبات والطباع ،وأن يكون المستوى الاجتماعي والثقافي بينهما متجانساً – هذا مع وجود دخل كاف للانفاق على مطالب الأسرة .

ثانياً : أن يكون الفهم والتفاهم هو أساس العلاقة التى تربط الزوجين أحدهما بالآخر وبسائر أفراد الأسرة . فالحياة الزوجية ليست مجرد وجود زوجين تحت سقف واحد، بل ينبغي أن تربطهما أحدهما بالآخر علاقات ، وأن يفهم كل طرف الطرف الآخر وكلما فهم أحدهما الآخر وعمل على التقارب منه وتشكيل طباعه معه ، ساد التفاهم والاحترام والمودة ، وقربت المسافة بينهما .

ثالثــاً : أن تحل الأسرة مشاكلها فى داخل نطاقها ، وأن يكون كل طرف من أطراف الأسرة مستعدا للتخلى عن بعض رأيه للوصول إلى رأى مشترك يحل المشكلة .

رابعـاً : أن يكون الحب ، والفهم ،والتقدير والاحترام المتبادل هو الدستور الذى تأخذ به الأسرة ، والطابع المميز لعلاقات أفرادها بعضهم مع بعض ،و الأبناء الذين يعيشون فى أسرة تحرمهم الحب لابد وأن ينشأوا شخصيات غير سوية ، وأكثر وقوعاً فى المرض النفسى والعقلى . والآباء والأمهات الذين حرموا من الحب ومن الشعور به سواء وهم صغار أو كبار لا تنتظر منهم أن يمنحوا الحب لأطفالهم وصدقت الحكمة القائلة " فاقد الشئ لا يعطيه ".

خامساً : إذ اختلف أحد أفراد الأسرة مع طرف آخر فيها ، فينبغى ألا يتعجل الحل عقب حدوث الخلاف مباشرة – بل عليه أن يتيح لنفسه فرصة من الوقت ليحكم العقل على الانفعال الأهوج ، وغالبا ما تكون أحكامنا القائمة على معايير العقل أصح من التى تعتمد على انفعالاتنا الوقتية . وكثير من المشاكل التى تبدو لنا كبيرة فى اللحظة الراهنة تصبح بسيطة بعد أن يمر عليها وقت كاف من التغلب عليها .

سادساً : أن اشتراك الأسرة فى أحد الأندية وترددها عليه من حين لآخر يخفف عادة من حدة الانفعالات التى قد تميز العلاقات الأسرية فى بعض الأحيان – وحبذا لو شارك بعض أفرادها فى هوايات مشتركة تكون موضع تعاون واهتمام متبادل بينهم .

سابعاً : فى بعض البلدان الأجنبية تنشر عيادات التوجيه والارشاد ويعمل بها أخصائيون نفسيون واجتماعيون ، تلجأ إليها الأسرة من حين لآخر كلما واجهتها مشاكل من النوع الذى لا تستطيع حله فى حدود امكانياتها الأسرية .

هذه هى بعض الاقتراحات التى لو روعت فى الأسرة لاستطاعت أن توفر لنفسها حياة أسرية سليمة ، وأن توفر لأطفالها حياة هانئة سعيدة ، تساعدهم على النمو النفسى السليم ، وتجعلهم يتمتعون بصحة نفسية جيدة.

المراجع العربية والأجنبية

أولاً : المراجع العربية

١- أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، (القاهرة : الدار القومية للطباعة والنشر ، ط ٥ ، ١٩٦٣) .

٢- أحمد عكاشه : الطب النفسي المعاصر ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٩٨) .

٣- اسماعيل عبد الفتاح عبد الكافى : الذكاء وتنميته لدى أطفالنا ، (القاهرة : الدار العربية للكتاب ، ١٩٩٥) .

٤- أمين رويحه : ولدك هذا الكائن المجهول ، (بيروت : دار القلم ، ط ١ ، ١٩٧٤) .

٥- حامد عبد السلام زهران : علم نفس الطفولة والمراهقة ،(القاهرة : عالم الكتب ، ط ٤ ، ١٩٧٧) .

٦- ــــــــــــــ : الصحة النفسية والعلاج النفسى ، (القاهرة : عالم الكتب ، ط ٢ ، ١٩٧٨) .

٧- جبريل كالفى - ترجمة طارق الأشرف : سيكلوجية طفل الروضة ، (القاهرة : دار الفكر العربى ، ط ١ ، ١٩٩١) .

٨- حسين عبد الحميد أحمد رشوان : الطفل دراسة فى علم الاجتماع النفسى، (الإسكندرية : المكتب الجامعى الحديث ، ١٩٩٢) .

٩- خليل ميخائيل معوض : سيكلوجية النمو - الطفولة والمراهقة ، (الإسكندرية : دار الفكر الجامعى ، ط ٢ ، ١٩٨٣) .

١٠- رمزية الغريب : العلاقات الإنسانية فى حياة الصغير ومشكلاته اليومية ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٦٧) .

١١- رونالد الينجورث : سينثيا الينجورث - ترجمة فردوس عبد المنعم : الرضع والأطفال الصغار ، (القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب ، ١٩٧٤) .

١٢- زيدان عبد الباقى : علم الاجتماع المهنى ، (القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٨) .

١٣- ـــــــــــ : الأسرة والطفولة ، (القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، الكتاب الرابع ،١٩٧٩) .

١٤- سعد جلال : الطفولة والمراهقة ، (القاهرة : دار الفكر العربى ، ١٩٨٥) .

١٥- ـــــــــــ : المرجع فى علم النفس ، (الاسكندرية : دار الفكر العربى ، ١٩٨٥) .

١٦- سيد صبحى : النمو النفسى للإنسان - دراسات فى علم نفس النمو ، ١٩٩٤ ..

١٧- سيد محمد غنيم : سيكلوجية الشخصية - محدداتها - قياسها - نظرياتها، (القاهرة : دار النهضة العربية ، ط ١ ، ١٩٧٢) .

١٨- سيرجيون أنجلش - جيرالد بيرسون : مشكلات الحياة الانفعالية ، ١٩٧٩.

١٩- سلسلة الدراسات العلمية : طفلك منذ مولده - تربية الطفل - طفلك يحافظ على قوامك ، (بيروت : دار مكتبة التربية ، الجزء الثالث ، ١٩٨٦) .

٢٠- س . و فالنتاين : ترجمة عبد العلى الجسماني : الطفل السوى وبعض انحرافاته - مقدمه عامة فى سيكلوجية الطفولة ، (بيروت : الدار العربية للعلوم ، ط ١ ، ١٩٩٤) .
٢١- صلاح مخيمر : المدخل الى الصحة النفسية ، (القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ط ٣ ، ١٩٧٩) .
٢٢- طلعت منصور ، أنور الشرقاوى ، عادل عز الدين ، فاروق أبوعوف : أسس علم النفس العام ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٨٤).
٢٣- عبد الرحمن سيد سليمان : نمو الإنسان فى الطفولة والمراهقة - الأسس - النظريات - المراحل - المشكلات - أسس علم نفس النمو، (القاهرة : مكتبة زهراء الشرق ، الجزء الأول ، ١٩٩٧) .
٢٤- عبد الرحمن عدس : علم النفس التربوى - نظرة معاصرة ،(عمان : دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ط٢ ، ١٩٩٩) .
٢٥- عبد الرحمن محمد العيسوى : العلاج النفسى ، (الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية ، ١٩٨٨) .
٢٦- ________ : اضطرابات الطفولة والمراهقة وعلاجها ، (بيروت : دار الراتب الجامعية ، ط ١، ٢٠٠٠) .
٢٧- عبد الرؤوف ثابت : الطب النفسى المبسط ، (القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب ، ١٩٨٦) .
٢٨- عبد العزيز القوصى : أسس الصحة النفسية ، (القاهرة : مكتبة النهضة العربية ، ط ٩ ، ١٩٨١).
٢٩- عثمان لبيب فراج : أضواء على الشخصية والصحة العقلية ، (القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ط ١ ، ١٩٧٠) .

٣٠- عزيز حنا داود : دراسات وقراءات نفسية وتربوية ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، الجزء الثانى ، ١٩٨٥) .
٣١- فؤاد البهى السيد : الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، (القاهرة : دار الفكر العربى ،ط ٤، ١٩٧٥) .
٣٢- فوزية دياب : نمو الطفل وتنشئته بين الأسرة ودور الحضانة ، (القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ط ٣ ، ١٩٧٩) .
٣٣- كاميليا عبد الفتاح : العلاج النفسى الجماعى للأطفال باستخدام اللعب ، (القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ط ٣ ، ١٩٩١) .
٣٤- كلير فهيم : الاضطرابات النفسية للأطفال الأسباب – الأعراض – العلاج ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٩٣) .
٣٥- ———— : الحب والصحة النفسية لأبنائنا ، (القاهرة : دار المعارف ، ١٩٩٥) .
٣٦- كوستي بندلي : عناد الولد وسلطة الوالدين – نحن وأولادنا ، (طرابلس – لبنان : جروسي برس ، ط ٢ ، ١٩٩٤) .
٣٧- محمد خليفه بركات : علم النفس التربوى فى الأسرة – للآباء والمدرسين والإخصائيين الاجتماعيين ، (الكويت : دار القلم ، ١٩٧٧)
٣٨- محمد خليفة بركات وآخرون : علم النفس العام ، (الفيوم : مكتبة الصفوة ، ط ١ ، ٢٠٠٠) .
٣٩- محمد عبد الظاهر الطيب وآخرون : الطفل فى مرحلة ما قبل المدرسة سلسلة علم النفس المعاصر أبناؤنا وبناتنا ، (الإسكندرية : منشأة المعارف ، الجزء الثانى ، ١٩٧٧) .
٤٠- محمد عثمان نجاتي : علم النفس فى حياتنا اليومية ، (القاهرة : دار النهضة العربية ، ط ٤ ، ١٩٦٤) .

٤١- محمد لبيب النجيحى : الأسس الاجتماعية للتربية ، (القاهرة : دار النهضة العربية ، ط ٨ ، ١٩٨١) .
٤٢- مختار حمزة : مشكلات الآباء والأبناء ،(القاهرة : الشركة العربية للطباعة والنشر ، ط ١ ، ١٩٥٩) .
٤٣- مصطفى فهمى : التكيف النفسى ، (القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٧٨) .
٤٤- نبيلة عباس الشوربجى : علم النفس الاجتماعى ، (القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ط١ ، ٢٠٠٠) .
٤٥- ـــــــــــ : دور الحضانة من الناحية النفسية والاجتماعية ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ٢٠٠١) .
٤٦- نبيلة عباس الشوربجى - عفاف عبد الفادى : علم النفس والشخصية ، (القاهرة : مكتبة زهراء الشرق ، ٢٠٠٢) .
٤٧- نبيه إبراهيم إسماعيل : الصحة النفسية للطفل ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ١٩٨٩) .
٤٨- نبيه الغبرة : المشكلات السلوكية عند الأطفال ، (دمشق : المكتب الإسلامى ، ١٩٧٨) .
٤٩- هدى محمد قناوى : الطفل وتنشئته وحاجاته ، (القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ،ط ٣ ، ١٩٩١) .
٥٠- والتر ج. كوفيل د. كوستيلو - تيموثى فابيان ك. روك : ترجمة محمود الزيادى : الأمراض النفسية ، (القاهرة : مكتبة سعيد رأفت ، د. ت)
٥١- وفيق العظمة - سعاد الجمالى : سيكلوجية الأطفال ، (حلب : المؤسسة السورية العراقية ، ط٢ ، ١٩٥٩) .
٥٢- وفيق صفوت مختار : أبناؤنا وصحتهم النفسية ، (القاهرة : دار العلم والثقافة ، ٢٠٠٠) .

ثانياً : المراجع الأجنبية

53- Berger, K.; The developing person, Through The life Span, N.Y, worth pub, 1998.

54- Fernald, L.D. and P. S. Fernald: Introduction to psychology, 5th , Dabuque lowa, iwilliam, C. Brown., 1984 .

55- Gabriel J.; Children growing up, the development of children, personalities, 3ed, university of London; press, 1968.

56- Gallatin, J.; Abnormal psychology, concepts, Issues, Trends, Macmillan publishing Co., N. Y, 1982.

57- Kendler, Howard H.; Basic psychology, N.Y, Appelton, century crofts, 1968.

58- Montgomery, S; Anxiety and depression, London; charles, E., & Merrill, R. Publishing company, 1991.

59- Okasha , and Karm, E.; Mental Health Services and Research in the world in, press, 1997.

60- Ross, A.O, m.; Psychological disorder of children , Magrraw-Hillkoga kusha, LTD, Tokoyo Sydney, 1980.

61- Shanmugam , T.E. ; Abnormal psychology , Macgraw - Hill publishing Co. Limited, New Delhi, 1981.

62- Zimbardo, P.G and L.R. Floyd ; psychology and Life, 10th , Glenview. III inois : Scott foresman and co., 1979.

معلومات عامة عن المؤلفة

نبيلة عباس صالح الشوربجى

- مواليد القاهرة
- حاصلة على بكالوريوس خدمة اجتماعية عام ١٩٨١ بتقدير "جيد جداً " (الأولى على الدفعة)
- حاصلة على دبلوم معهد البحوث والدراسات العربية " قسم اجتماع " عام ١٩٨٣ بتقدير " جيد جداً " .
- حاصلة على الماجستير فى دراسات الطفولة عام ١٩٩٤ بتقدير " امتياز " من معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .
- حاصلة على دكتوراه فى الفلسفة فى دراسات الطفولة عام ١٩٩٧ من معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس .
- تعمل الآن مدرس علم النفس بكلية الخدمة الاجتماعية جامعة القاهرة فرع الفيوم .
- قامت بتأليف العديد من الكتب التالية :

– كتاب العلوم السلوكية مع آخر عام ٩٩-٢٠٠٠م

– كتاب علم النفس العام مع آخرون عام ٢٠٠٠- ٢٠٠١م

مكتبة الصفوة بالفيوم ، مكتبة النهضة المصرية ، مكتبة زهراء الشرق

– كتاب العلوم السلوكية مع آخر عام ٢٠٠١م

مكتبة الصفوة بالفيوم ، مكتبة النهضة المصرية ، مكتبة زهراء الشرق

– كتاب علم النفس الاجتماعى عام ٢٠٠١م

مكتبة الصفوة بالفيوم ، مكتبة النهضة المصرية ، مكتبة زهراء الشرق

– كتاب دور الحضانة من الناحية النفسية والاجتماعية – عام ٢٠٠١ م مكتبة الأنجلو المصرية .

- كتاب علم النفس الاجتماعى مع آخرون عام ٢٠٠٢م - مكتبة الصفوة بالفيوم .
- كتاب العلوم السلوكية مع آخرون عام ٢٠٠٢م - مكتبة الصفوة بالفيوم .
- كتاب علم النفس والشخصية مع آخر عام ٢٠٠٢م
مكتبة الصفوة بالفيوم ، مكتبة الأنجلو المصرية ، مكتبة زهراء الشرق
- كتاب علم النفس العام بالاشتراك مع أخرون عام ٢٠٠٢م - مكتبة الصفوة بالفيوم . [تحت الطبع الآن] .

الأبحاث التى قامت بنشرها المؤلفة :

- شاركت ببحث منشور مع آخر فى الندوة التى أقيمت بالمركز القومى للبحوث الاجتماعية والجنائية (ندوة التحولات فى المجتمع الريفى دراسة مقارنة بين مصر وتونس فى الفترة من ٢٤ إلى ٢٦ أكتوبر ١٩٨٣ بعنوان التحول العظيم فى التنمية الريفية فى مصر كأثر أيجابى " الفيديو الريفى ".
- شاركت ببحث منشور فى المؤتمر السابع بعلم النفس فى مصر الذى نظمته الجمعية المصرية للدراسات النفسية فى الفترة من ٢٩إلى ٣١ يناير ٢٠٠١ بالاشتراك مع كلية العلوم الاجتماعية جامعة ٦ أكتوبر بعنوان: مكتبة الطفل ودورها فى الجانب النفسى من (سن ٩ - ١٢ سنه) .
- شاركت ببحث منشور فى المؤتمر الثامن عشر لعلم النفس فى مصر والعالم العربى " العاشر" الذى نظمته الجمعية المصرية للدراسات النفسية فى الفترة من ٤ إلى ٦ فبراير ٢٠٠٢ بالاشتراك مع كلية التربية جامعة المنصورة بعنوان : الحياة الوظيفية والأسرية لمسن للعامل بعد سن التقاعد من (سن ٦٠-٧٥سنه) دراسة وصفية .

الفهـــرس

الموضـــــوع	الصفحة
مقدمــه	٧
الفصل الأول : سيكلوجية التوافق	١١
التعريف بالتوافق	١٣
- العوائق والعقبات التى تعترض إشباع بعض حاجاتنا الضرورية :	١٥
١-الاحباط : تعريفه - انواعه	١٥
٢- الصراع : تعريفه - انواعه	١٦
- الاستجابات للاحباطات والصراعات	١٩
القلق أو الحصر : تعريفه - انواعه	٢٠
١- المخاوف العامة	٢٢
٢- الافعال القهرية	٢٢
٣- العاطفة الفجة	٢٢
- العمليات التوافقية	٢٣
الفصل الثانى : الحيل الدفاعية أو الحيل العقلية اللاشعوريه	٢٥
اولا : الفرق بين الشعور وما قبل الشعور واللاشعور	٢٧
ثانيا : التعريف بالحيل الدفاعية اللاشعوريه	٢٩
أنواع الحيل الدفاعيه	٣١
أ- الحيل الخداعيه :	٣١
(الكبت ، التبرير ، النسيان ، الاسقاط التحويل)	٣٧
ب- الحيل الهروبية :	٣٨
(أحلام اليقظه ، النكوص والتراجع ، الانسحاب)	٤٠

الموضـــــوع	الصفحة
جـ- الحيل الاستبدالية	٤٠
(التعويض، التعويض الزائد، النقل ، تكوين رد الفعل ،	
الإمتصاص، التقمص ، التسامي والأعلاء)	٤٥
- فوائد العمليات العقلية اللاشعوريه	٤٥
الفصل الثالث : اضطرابات الشخصية	٤٧
إضطرابات الشخصية	٤٩
- نماذج من أنواع اضطربات الشخصية	٤٩
اولا : العقده النفسية	٥٠
أ- تعريفها ب - نشأتها جـ - خصائصها	٥٠
ء - الفرق بين الشعور والعقدة النفسية	٥١
- أمثلة للعقد المعروفه :	٥٢
١- عقدة النقص	٥٢
٢- عقدة الأب وعقدة الأم	٥٢
٣- عقدة الذنب	٥٣
- الفئات الرئيسيه لاضطربات الشخصية	٥٤
١- اضطربات نمط الشخصية	٥٤
٢- اضطربات سمه الشخصية	٥٧
٣- الاضطربات السيكوباتيه للشخصية	٦٠
الفصل الرابع : الدوافع النفسية	٦٣
١- تعريف الدافع	٦٥
٢- تعريف الدافع النفسى	٦٥

الموضــــوع	الصفحة
٣- أهمية دراسة دوافع السلوك	٦٦
٤- تصنيف الدوافع	٦٨
أ - الدوافع الأولية والثانوية	٦٩
ب- الدوافع الفردية والإجتماعية	٦٩
جـ- الدوافع الشعورية واللاشعورية	٧٠
الفصل الخامس : الحاجات النفسيه (الإنفعالية) للطفل	٧١
- تعريف الحاجة	٧٣
- تعريف الحاجات النفسية	٧٣
- أنواع الحاجات النفسية للطفل	٧٣
١- الحاجه إلى الحب والعطف	٧٣
٢- الحاجه إلى الإنتماء	٧٩
٣- الحاجه إلى النجاح والتقدير الإجتماعى	٨٢
٤- الحاجه إلى تأكيد الذات	٨٣
٥- الحاجه إلى الحرية والسلطة الضابطة	٨٤
٦- الحاجه إلى الأمن والطمأنينة	٨٦
٧- الحاجه إلى اللعب	٩٠
الفصل السادس : أسباب المشكلات النفسية للأطفال	٩٣
العوامل العضوية	٩٥
العوامل النفسية	٩٦
العوامل الإجتماعية	١٠٣

الموضـــــوع	الصفحة
العوامل المدرسية	١٠٦
الفصل السابع : المشكلات النفسية للأطفال	١٠٩
١- نوبات البكاء	١١١
٢- نوبات الغضب	١١٤
٣- العناد عند الطفل	١٢٢
٤- الإنطوائيه	١٣١
٥- الإكتئاب النفسى (العصابى)	١٣٥
٦- القلق النفسى	١٣٨
٧- الخوف	١٤٢
٨- الغيره	١٥٠
٩- بعض العادات السيئة	١٥٦
١٠- التبول اللاإرادى	١٦٦
١١- إضطربات الكلام (اللجلجه)	١٧١
الفصل الثامن : دور الأسرة فى الوقاية من المشكلات النفسية للطفل ...	١٧٥
الخـاتمــــة	١٨١
المراجع العربية والأجنبية	١٨٩
أولاً : المراجع العربية	١٨٩
ثانياً : المراجع الأجنبية	٤

هــذا الكتــاب

إن الآباء وفي صميم رغبتهم لتربية أبنائهم تربية صالحة قد يخطئون أحيانا في إختيار الأسلوب أو الطريقة التي يوجهون بها الأبناء ، فيعالجون مشكلات الطفل معالجة قد تؤدي إلى عكس النتيجة المرجوة .. ومع ذلك فإن حرص الآباء على مستقبل أبنائهم قد يدفعهم إلى تكرار استخدام هذا الأسلوب الخاطئ ، بينما الأمر على العكس تماماً ... إذ يقتضي ذلك دراسة عميقة للمشكلة وللعوامل التي دفعتها للظهور ، فلا يجوز لنا أن نلومهم في كل مرة نرى فيها أطفالهم قد وقعوا في الاضطرابات النفسية والمشاكل النفسية .

ولئن شكا الوالدين مشكلة من المشاكل النفسية لدى أطفالهم فإننا نجد مشاكل أخرى بالأسرة مرتبطة بمشكلة الطفل ... لأن الطفل يعيش في جو أسري غير مستقر ، فقد فيه الحب والعطف والإطمئنان والأمن ، وأصبح يعاني القلق والإنطواء والإكتئاب ... وما هذه المشكلات إلا دليل على ذلك ، ونجد هنا أن الطفل ليس بحاجة الى توجيه ، بل الأهل هم الذين بحاجة الى توجيه ، وليس المقصود في هذا الكتاب لوم الأهل ، بل محاولة لإفهامهم طبيعة احتياجات الطفل النفسية وطبيعة المشكلات النفسية المترتبة على عدم إشباع الطفل لهذه الاحتياجات الهامة ، وأسبابها والطرق المثلى في معالجتها مع توضيح دور الأسر الوقاية من هذه المشكلات وكيفية تمتعهم بالصحة النفسية .

المؤلفة

Bibliotheca Alexandrina
0339658

To: www.al-mostafa.com